Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સ્વયં ભિષક્

અનુભાઈ વૈદ્ય

આયુર્વેદાચાર્ય

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ओ३म्

पुस्तक संख्या...... ५५ग/४०

पञ्जिका संख्या...... २८०२५

पुस्तक पर सर्व प्रकार की निशानियां लगाना वर्जित है। कोई सज्जन पन्द्रह दिन से अधिक देर तक पुस्तक अपने पास नहीं रख सकते। अधिक देर तक रखने के लिये पुनः आज्ञा प्राप्त करनी चाहिये।

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

१५√
१०/५/७०

पुस्तकालय, गुरुकुल कांगड़ी.

२८०२५
१८.६.७०

स्टाक प्रमाणीकरण १९८४-१९८५

५५ ग
४०
२८०५५
१८.६.७०.

CHECKED 1973
Initial

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સ્વયં-ભિષક્

★

: લેખક :

આયુર્વેદાચાર્ય

અન્તુભાઈ વૈદ્ય

: ડાયરેકટર :

આયુર્વેદ રીસર્ચ ઇન્સ્ટીટયુટ

: પ્રધાન સંપાદક

આરોગ્ય વિભાગ,

'વંદેમાતરમ'-ગુજરાતી દૈનીક

'શ્રી વિજ્ઞાન' અને 'વનસ્પતિ પરિચય'

ગ્રંથોના કર્તા.

★

મુલ્ય રૂા. ૨-૪-૦ ૧૯૫૨

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પ્રકાશક :–
આયુર્વેદ રીસર્ચ ઈન્સ્ટીટ્યુટ
કલમ કુટીર
ફ્રીઅર રોડ,
કોટ, મુંબઈ–૧.

(સર્વ અધિકાર કર્તાને સ્વાધીન)

મુદ્રક :–
ચિત્રલેખા
સ્ટાર પ્રિન્ટરી,
૬૨, કારવાર સ્ટ્રીટ,
કોટ, મુંબઈ–૧.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

મારાં પૂ. દાદીમા

ફુલબાઇ મીઠારામ

જેમના લાડકોડભર્યા વહાલે મારા બાળપણમાં ઘરગથ્થુ ઉપચારોના સંસ્કાર રેડયા, તેમના પુનિત ચરણોમાં આ પુસ્તક તે સ્મૃતિ સદાય તાજી રહે તે માટે અર્પણ કરૂં છું.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

मधु मान्नो वनस्पति :

मधुमान् अस्तु सूर्य :

माध्वी गावो भवन्तुन : ॥

ऋग्वेद ॥

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

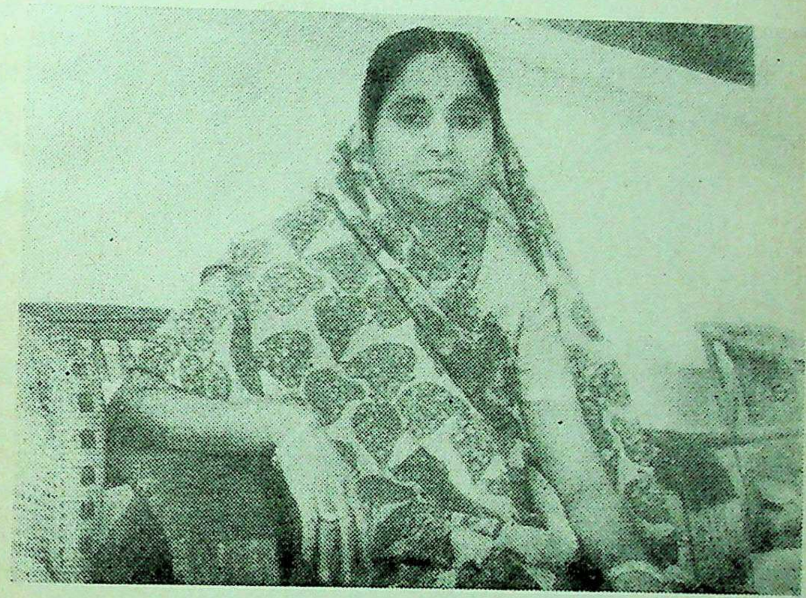
Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

Physician, Heal Thyself

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

શ્રીમતિ ચંદ્રકાન્તા મંગલદાસ પટેલ.



જેમની પ્રેરણાથી આ પુસ્તક લખાયું.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આમુખ

પહેલાં આ પુસ્તક ઘરઆંગણે અને નદીનાળામાં થતી વનસ્પતિઓનો ઉપયોગ ગ્રામ્યજનો કરી શકે અને સાદા રોગોને ઓળખી તેના સાદા ઉપચારો કરી શકે એ દ્રષ્ટિથી લખવાનો ઉદ્દેશ હતો અને તેથી તેને પહેલાં 'આલડાં સુલડાં' એટલે ઘરઘથ્થુ ટુચકાના ઉપચારો એવું નામ આપવાનો ઇરાદો હતો. શ્રીમતિ ચંદ્રકાન્તા પટેલની સૂચક પ્રેરણાથી ગ્રંથ ગામડાઓ અને શહેરો બન્નેને ઉપયોગી થઇ શકે અને છતાં સાદા અને ઘરગથ્થુ તથા સસ્તા ઉપચારો દ્વારા બ્હેનોની સેવા થઇ શકે તેવો ગ્રંથ કરી આપવાની તેમના તરફથી સૂચના થઇ

ગ્રંથ આબાલવૃદ્ધ બધને ઉપયોગી થાય છતાં સાદા અને ઘરગથ્થુ ઉપાયો અગર સહજ પ્રાપ્ય ઔષધોવાળો બને તો બધાને ઉપયોગી થાય એમ મને લાગ્યું એટલે કેવળ બ્હેનો માટે જ ગ્રંથ લખવાને બદલે સાદાં બાળકોનાં સર્વ સામાન્ય દરદો, બ્હેનોના સર્વ સામાન્ય દરદો , પુરૂષોને થતા રોગો અને બાળક, સ્ત્રી, પુરૂષ બધાને એક સરખી રીતે થતા રોગો કે જે સામાન્ય લક્ષણોથી ઓળખી શકાય અને જેને માટે સહજ પ્રાપ્ય ઔષધો અને ઘરગથ્થુ ઉપચારો મળી શકે તેવા રોગોનો સમાવેશ કરી આ ગ્રંથ લખવામાં આવ્યો છે. આ ગ્રંથ લખવાની એક ભાવના એ છે કે સામાન્ય લક્ષણો દ્વારા લોકો પોતાના રોગોને પોતે ઓળખી લઇ અનેક જાતની વિભ્રમણાઓમાંથી બચી પોતાનો ઉપચાર પોતે જ કરે અને શંકા કુશંકાઓની પરંપરાઓથી દૂર રહી ભ્રમણાઓ ન સેવે.

આ કારણે આ પુસ્તકનું નામ 'આલડાં સુલડાં' યોગ્ય નહિ લાગવાથી 'સ્વયં-ભિષક્ એટલે જાતે જ પોતાનો વૈદ્ય' કે જે નામ મારા પૂ. વડિલબંધુ શ્રી. વલ્લભરામભાઇ વૈદ્યે પોતાનું પુસ્તક લખવા માટે નક્કી કરેલ તે મેં તેમની રજાથી લીધું કારણકે આપણા આ પુસ્તક માટે તે વધારેયોગ્ય હતું એટલે 'સ્વયં-ભિષક્' નામ પસંદ કર્યું છે

આ પુસ્તકમાં તમામ રોગોનું વિવરણ અસ્થાને હોઇ આપ્યું નથી. પણ બાળકોના ૨૮ રોગો, સ્ત્રીઓના ૧૮ રોગો,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પુરૂષોના રોગો, અને......

પરચુરણ રોગો કે જેમાં ચેપી રોગો, ત્રણે જાતિને લાગુ પડે તેમાંના મુખ્ય રોગો અને ઋતુના રોગો મળી કુલ ૫૨ રોગોનો સમાવેશ કરવામાં આવ્યો છે એટલે બધા મળી આ પુસ્તકમાં ૧૦૧ રોગો સંબંધી રોગોને ઓળખવાના સુચક લક્ષણો, કારણો, નિદાન કરવાની સાદી રીત અને સાદા ઉપચારો આપવાનો પ્રયત્ન કર્યો છે અને તેમાંથી અતિ ઝીણી વૈજ્ઞાનીક ચર્ચાને દૂર રાખી છે છતાં સુચવેલા ઉપાયો વૈજ્ઞાનીક દ્રષ્ટી પરજ લખાયા છે.

ઉપરને કારણે પુસ્તક, લોક સેવકો, વૈદ્યો અને સમાજને ઉપયોગી થશે એમ માનું છું છતાં અનેક ક્ષતિઓ અને ઉપયોગી વસ્તુઓ રહી ગઇ હોય તો તે માટે તેને લગતા લોકોના સૂચનને બીજી આવૃત્તિમાં આવકાર આપીશ. આવા સાદા ઉપચારો અને રોગના લક્ષણો મારાં બાળપણમાં મારી દાદીમા મને અનેક લાડકોડભર્યાં હેતથી શીખડાવતાં એટલે એ મારી સ્મૃતિમાં હંમેશ તાજાં રહ્યાં છે અને તેથી આ પુસ્તક મારી દાદીમા કે જેમણે મારામાં આવા ઉપચારોના સંસ્કારો રેડયા હતા તેમની ચીરઃસ્મૃતી માટે તેમનાં ચરણોમાં ધરૂં છું. કલમની કળા શીખવવા માટે શ્રી, સામળદાસ ગાંધીનો હું સહાય રૂણી છુ અને આ પુસ્તકના સંપૂર્ણ સહકાર માટે અને તેની ભૂલો વગેરે સુધારી તેને ફરી લખી આપવા માટે કુમારી માલવીકા ચોકસી બી. એ., આયુર્વેદાચાર્ય, રજીસ્ટર્ડ મેડીકલ પ્રેકટીસનરનો પણ હું રૂણી છું. પુસ્તકના છાપ કામમાં સહકાર માટે હું 'ચિત્રલેખા' પ્રેસ અને તેના તંત્રી શ્રી વજુ કોટકનો આભાર હૃદયપૂર્વક માનું છું અને અન્ય મિત્રો અને શુભેચ્છકોની જુદી જુદી સહાય માટે તે બધનો હું આભારી છું.

અંતમાં આ પુસ્તક સસ્તું કરવા માટે જાહેર ખબરના સાધન નીચે મને આર્થિક સહાય કરવા માટે ચક્ર ભંડાર, બી. અમૃતલાલની કું. અને આર્ય ઔષધી કેન્દ્રનો હું હૃદયપૂર્વક આભાર મનું છું.

તા. ૫-૯-૫૨ અન્તુભાઇ વૈદ્ય.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પ્રસ્તાવના

શ્રી. વાસુદેવભાઇ મૂ. દ્વિવેદી આયુર્વેદાચાર્ય,
ડાયરેકટર, આયુર્વેદિક ડીપાર્ટમેંટ સૌરાષ્ટ્ર ગવર્નમેંટ રાજકોટ.

શ્રી અંતુભાઇ વૈદ્ય લિખિત "સ્વયંભિષક્"ને સત્કારતા અને આનંદ થાય છે. આજે નાનાં નાનાં દરદો માટે પણ જનતાને જ્ઞાન નથી. તેથી ગભરાઇને કોઇ પણ પદ્ધતિના ચિકિત્સકોને ત્યાં તેમને દોડવું પડે છે, અને નજીવા જ્ઞાનથી, અને નજીવા ખર્ચથી જે દરદો મટી શકે, તેને માટે મોટા ખર્ચ ભોગવવાં પડે છે.

સરેરાશ ત્રણથી ચાર આનાની આવકવાળા દેશને માટે પોતાનાં સામાન્ય દરદોની માવજત માટે આવાં મોટાં ખર્ચા પોષાય નહીં. આપણી બધી જ આર્થિક મર્યાદાઓ વચ્ચે આપણે આયુર્વેદિક પદ્ધતિને અપનાવ્યા વિના આપણો ઉધ્ધાર નથી.

આયુર્વેદના પુનરુત્થાનમાં ભારતનું પુનરુત્થાન છે, એમ કહેવામાં હું જરાયે અતિશયોકિત કરતો નથી.

આયુર્વેદિક પધ્ધતિ સસ્તી હોવા ઉપરાંત સરળ, સુલભ અને વૈજ્ઞાનિક છે. વળી ગુણમાં પણ જરાયે ઉતરતી નથી, દા. ત. ઇન્દ્રજવ, અને કડાછાલથી મરડો મટતો હોય, તો પછી ઓરીયો-માઇસીન જેવી મોટી કીંમતની દવા પાછળ પૈસા ખર્ચ્યે જવાનો શો અર્થ છે? ડોસીમાની થેલીમાં આપણે ત્યાં આવા ઘરગથ્થુ ઇલાજો ઠીક ઠીક પ્રમાણમાં રહેતા. આજે દુઃખદ હકીકત છે કે બ્હેનોમાં આવા ઘરગથ્થુ ઇલાજો જાણવા અને સંગ્રહવાની દ્રષ્ટિ નથી. શ્રી. અંતુભાઇ વૈદ્ય આ પુસ્તકમાં એજ પ્રયાસ કર્યો છે અને સાદા ઘરગથ્થુ ઇલાજો, દરદ ઓળખવાની સરળ પધ્ધતિ, અને એવાં સામાન્ય દરદોનાં લક્ષણો વિગેરે આપી ભારતની આમ જનતા અને ગ્રામ્ય જનતાની અમૂલ્ય સેવા કરી છે. બ્હેનો આજે પોતાનો લાડકવાયો માંદો પડે, ત્યારે સલ્ફાડ્રગ્ઝ કે એન્ટીબાયોટીકસનો

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સ્વયં ઉપયોગ કરે, તેનાં કરતાં અરડુસી, ગળો, ઇન્દ્રજવ, સંચળ, હરડે, વિગેરે સાદાં, નિર્ભય અને અસરકારક ઔષધો વાપરીને પોતાના સંતાનોની આરોગ્ય પ્રાપ્તિ કરી શકે એ એક શુભ હેતુ છે આ પુસ્તકના સર્જકનો.

મને વિશ્વાસ છે કે બાળકો, સ્ત્રીઓ, અને પુરૂષોનાં સામાન્ય દરદોમાં તાત્કાલિક સુલભ ઇલાજોની શોધમાં જનતાને જ્યાં ત્યાં દોડ-ધામ કરવાને બદલે, આવું એક પુસ્તક પાસે હોય તો ઘણો લાભ થશે, તેમનું આરોગ્ય સચવાશે, અને આર્થિક નિકાસ અટકશે.

શ્રી. અંતુભાઇએ આ રીતે આયુર્વેદની અને ભારતની જનતાની ખરી સેવા કરી છે તે બદલ તેમને અનેક અભિનંદન આપું છું. અને આ પુસ્તકને સાચી સફળતા મળે એવી શુભેચ્છા વ્યકત કરું છું છેવટે

सर्व भद्राणी पश्यन्तु सर्वे सन्तु निरामया :
सर्वेऽत्र सुखिन : सन्तु माकश्चिद दुःख माप्नुयति ॥

આ પંકિતઓ સાથે આ નાની પ્રસ્તાવના પૂરી કરીશ.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વિષય-સુચિ

બાળકોના દર્દો ૧ થી ૫૦

પેટમાં ચુક	૨
પેટનો દુઃખાવો	૩
પેટમાં થતો આમ	૪
પેટના કૃમિ	૫
વધરાવળ	૭
બાળકોનાં યકૃતના દર્દો	૯
લીવરનો સોજો	૧૧
ઝાડા અને મરડો	૧૨
ઉલટી	૧૪
માટી ખાવી	૧૫
શરદી	૧૫
ખાંસી	૧૭
મોટી ઉધરસ	૧૮
સસણી	૧૯
પથારીમાં પેશાબ	૨૦
કાનનો દુખાવો	૨૧
આંખો આવવી	૨૩
દાંત	૨૪
તોતડાપણું	૨૫
માતા	૨૬
ઓરી	૨૮
અછબડા	૩૧
વાઈ	૩૨
સુકતાન	૩૭
કમળો	૪૧
ગાલ પચોરિયાં	૪૩
કંઠરોહિણી	૪૫
બાળલકવા	૪૮

સ્ત્રીઓનાં દર્દો. ૫૧ થી ૧૧૩

સ્ત્રીઓનાં દર્દો	૫૨
પ્રદર	૫૨
સોમરોગ	૫૭
કમરનો દુઃખાવો	૫૮
ઋતુ દોષ	૬૦
ઋતુ દોષ	૪૬
ખાલી જવું	૭૨
છોળ	૭૪
કસુવાવડ	૭૭
સુવારોગ	૮૦
યોનિ રોગ	૮૩
સ્તન રોગ	૮૭
દુધના રોગ	૮૮
ધાવણ વધારવાના ઉપાય	૮૯
હીસ્ટીરીયા	૮૯
અપસ્માર (વાઈ)	૧૦૭
વાળ	૧૦૭
ગર્ભાધાન વિકાર	૧૧૦

પુરૂષોના દર્દો ૧૧૫ થી ૧૨૪

સ્વપ્નદોષ	૧૧૬

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

હસ્તદોષ ૧૧૮
નપુંશક ૧૨૧

પરચુરણ દર્દો
૧૨૫ થી ૩૩૫

પરચુર્ણ દર્દો ૧૨૬
સારણ ગાંઠ ૧૩૩
પ્રમેહ ૧૪૭
મધુપ્રમેહ ૧૩૯
બાદી ૧૪૫
શૂળરોગ ૧૪૭
સંધીવા ૧૫૩
અર્શરોગ ૧૫૬
ઉંપદંશ ૧૬૪
યકૃતનાં ઉંપદંશ ૧૭૭
ચરબીવાળુ યકૃત ૧૭૯
સંગ્રહણી ૧૮૦
રક્તપિત ૧૮૭
માથાનો દુ:ખાવો ૧૯૦
ઝેરી તાવો ૨૦૦
લોહીનું દબાણ ૨૦૨
લોહીનું ઉંચું દબાણ ૨૦૬
કવો ૨૧૩
ચહેરાનો લકવે ૨૧૩
શ્વાસનળીને સ્વરનળીના લકવા ૨૧૭
પગનો પક્ષાઘાત ૨૨૦
હાથનો પક્ષાઘાત ૨૨૫
લકવાની કેટલીક બીજી જાતો ૨૩૦
પગની પિંડીની કળતર ૨૩૫
પેટની ફાંદ ૨૩૯
ક્ષય રોગ ૨૪૨
શરદી ૨૪૮
શ્વાસરોગ ૨૫૦
આંખના મુખ્ય દરદો ૨૫૪
કોલેરા ૨૬૧
ચામડીના રોગો ૨૬૭
ભગંદર ૨૭૦
શીળસ ૨૭૪
અનિદ્રા ૨૭૮
વીંછી ૨૮૪
કાનનો દુ:ખાવો ૨૮૫
આંખ આવવી ૧૮૮
ખાંસી ૨૯૦
મેલેરીયા—શીતજ્વર ૨૯૮
પિશાચજ્વર—મેનીનજાઇટીસ ૩૦૧
ઇન્ફ્લ્યુ એન્ઝા ૩૦૩
ન્યુમોનિયા—ત્રિદોષજ્વર ૩૦૬
કમળો ૩૦૯
મરડો ૩૧૩
એડકી ૩૧૫
સર્પદંશ ૩૧૫
વધેલી બરોળ ૩૧૭
અતિસાર ૩૧૮
વા યુ ૩૨૨
પેશાબમાં બળતરા ૩૨૩
લુ લાગવી ૩૧૪
હૃદયરોગ ૩૨૬
પાંડુરોગ ૩૩૦
પરિશિષ્ટ ૧ થી ૨૭

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

શ્રેષ્ઠ પસંદગી ???

સ્વાસ્થ્ય માટે :- **ધંધા માટે :-**

૬૦ વર્ષ જુની-હિંદભરમાં તથા દેશાવરમાં જાણીતી

ઊંઝા ફાર્મસી લીમીટેડ નીજ કરો

કારણ કે :-

—અહિં—

- આયુર્વેદના નિષ્ણાતોની દેખરેખ હેઠળ દવાઓ બને છે.
- શ્રેષ્ઠ ઔષધીઓ વાપરવામા આવે છે.

—જેમાં—

- કમીશન અને સવલતનો આકર્ષક અને લાભકર્તા છે.
- જાહેરાત ભરપુર તથા વૈજ્ઞાનીક ઢબે કરવામા આવે છે.

બધી જ શાસ્ત્રોકત દવાઓ ઉપરાંત વર્ષોના સંશોધન બાદ નિચેની અનૂભુત દવાઓ રજુ કરી છે :-

- **સુંદરી સંજીવની** — સ્ત્રીઓના સર્વરોગ ઉપર
- **નવરત્ન રસ** — બાળકોને આશીર્વાદરૂપ અને સ્ત્રી પુરુષો માટે અજોડ ટોનીક
- **ચ્યવનપ્રાશ** — બુધ્ધિ શકિત અને તાઝગી માટે અષ્ટવર્ગયુકત દરેક સીઝનમાં લઈ શકાય

સોલ એજન્ટસ :-

બી. અમૃતલાલ એન્ડ કું.

૩૦૫, કાલબાદેવી રોડ **મુંબઈ ૨.**

ટે. નં. ૨૮૨૪૩

ડોકટરો તથા વૈદ્યો જેની ખાસ ભલામણ કરે છે :-

- **રસોનીન સ્વપ્નદોષ માટે અકસીર** (રૂપેરી ગોળીઓ) તાઝગી અને શકિત દેનાર
- **ફ્રેમટોન પિલ્સ ગેસ તથા પેટના દર્દો માટે**
- **અગોનો કેપ્સ્યુલ્સ :-** પરમીયો અને પેશાબના દર્દોમાં આશીર્વાદરૂપ

ડોકટરો તથા વૈદ્યોને મફત સેમ્પલ તથા દાક્તરી માહિતી આપતું સાહિત્ય મોકલવામા આવશે.

મફત સૂચીપત્ર માટે ઉપરના સિરનામે લખો.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પુ—ત્રં—જી—વ

સ્ત્રીઓનું ઔષધ

વારંવાર થતી કસુવાવડ
અટકાવી સ્ત્રીઓના ગર્ભાશયના
સોજા તથા તેમાં રહેલા વિકારોને દૂર કરે છે અને
શ્વેતપ્રદર તથા રક્ત પ્રદર મટાડે છે. સંતાન-પ્રાપ્તિ
માટેની ફળવાહિનીઓને નિરોગી બનાવી તાકાતવાન બનાવે છે
અને નિયમિત માસિક લાવી આપે છે. વંધ્યાઓનું

વંધ્યત્વ

દૂર કરી નિશ્ચિત રીતે સંતાનપ્રાપ્તિ કરી આપે છે અને
ગર્ભાશય સંબંધના તમામ રોગોને તેના નિયમિત ત્રણ
માસના સેવનથી કાયમ માટે દૂર કરે છે. સવારસાંજ
બબ્બે ચમચી એક ચમચા પાણી સાથે
જમ્યા પહેલાં
લેવું.

કિંમત ૪ ઔંસની બાટલીના રૂ. ૫

આર્ય ઔષધિ કેન્દ્ર

રમેશ વીલા, ૬૯ હ્યુજીસ રોડ, મુંબઈ-૭

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

બાળકોનાં
દર્દો

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

નાના બાળકોને શરૂઆતના થોડાં વર્ષોમાં થતાં દર્દો સમજાતા નથી અને તે રડયા કરે છે એટલે તેમને અફીણ, દવાઓ, માર અને તેવા ઉપાયો દ્વારા મોટા કરતા ઘણી વખત રોગો ન સમજાવાને કારણે મહારોગોના ભોગ બને છે અને ઘણી વખત માતપિતાનું એકાદ વહાલસોયું બાળક હોય છે તેને ખોવું પણ પડે છે. તો આવા સંયોગોમાં બાળકોનાં સાદા દરદો કયા છે અને તેને શી રીતે ઓળખવા તથા શા ઉપચાર કરવા તેની સમજ આપો.

<u>કારણો :</u>-નાના બાળકોનાં મુખ્ય રોગો માતા અને પિતાના વારસામાંથી, બેકાળજી પ્રસૂતિમાંથી, આહારવિહારની બેદરકારીમાંથી અને ફાટી નીકળતા ચેપી રોગોમાંથી જન્મે છે. આવા અનેક રોગો સંપૂર્ણ તકેદારી છતાં ઘણી વખત હવામાનમાંથી પણ જન્મે છે.

પેટમાં ચુંક

બાળકોનો સૌથી પ્રથમ રોગ પેટમાં ચૂંક આવવી અથવા પેટનો દુ:ખાવો થવાનો છે. આ દુ:ખાવો પેટમાં રહી જતા જુના મળમાંથી જન્મે છે. ઘણી વખત પેટનાં આંતરડાંઓમાં રહેતી શરદીને કારણે આમ રહેતો હોવાથી ચૂંક આવે છે અને તેમાંથી બીજા રોગો થાય છે અને ઘણી વખત પેટમાં કૃમિ થવાથી પણ આ રોગ નીપજે છે. વધરાવળ એ તેઓનો અગત્યનો રોગ છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

લક્ષણો :-પેટમાં ચૂંક આવવાના લક્ષણો:

જ્યારે બાળકને પેટમાં ચૂંક આવે છે ત્યારે બાળક સખત જોરથી રડી પગ પછાડે છે અને થોડી વારમાં ચૂંક બંધ થતાં પાછું રડતું બંધ થાય છે. વળી એકાએક રડવા માંડે છે કારણ કે પેટમાં સખત ચૂંક આવે છે અને એ રીતે થોડી વારને અંતરે જ્યારે બાળક રડે છે ત્યારે સમજવું કે બાળકને પેટમાં ચૂંક આવે છે.

કારણો :-મોટે ભાગે અપચો, પેટમાં આમનો ભરાવો અને કૃમિ હોય છે.

ઉપચાર નં. ૧. સૂંઠ અરધી આનીભાર, ખસખસ અરધી આનીભાર, સંચળ અરધી આનીભાર, સુવાદાણા એક આનીભાર, બધાને અધકચરૂં ખાંડી, એક તોલા પાણીમાં ઉકાળી, એક ચમચી પાણી રહે ત્યારે ગાળી તેમાં પાંચ ટીપાં દિવેલના નાંખી બાળકને પીવડાવવાથી બાળક શાંત થશે અને ચૂંક આવતી બંધ થઇ અપચો દૂર થશે.

ઉપચાર નં. ૨. હીંગ એક રતી લઇ તેને ઘી સાથે મેળવી બાળકને ચટાડવાથી તુરત જ પેટની ચૂંક દૂર થશે.

પેટનો દુઃખાવો

પેટમાં જ્યારે બાળકને દુખવા માંડે ત્યારે બાળક રડે છે પણ ઘણા જોરથી નહીં અને પગ પછાડતું નથી. પેટનો સાદો દુઃખાવો હોય ત્યારે બાળક થોડું થોડું રડયા જ કરે છે અને તેનું મન તરત વાળવાનો પ્રયત્ન કરવામાં આવે તો થોડી વાર શાંત પણ થઇ જાય છે અને ફરી આસ્તે આસ્તે રડવા માંડે છે. કોઈ વખત સાધારણ ઉલટી કરે છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કારણો :-પેટમાં પૂરતા પાચનના અભાવે થતો પવન દુઃખાવાનું મુખ્ય કારણ છે અને ઘણી વખત જુનો મળ પણ કારણભૂત હોય છે.

ઉપચાર નં. ૧. અતિવિષ રતિ એક, સંચળ રતિ એક, બંને સાથે મેળવી સુવાના પાણી સાથે આપવાથી રોગીને તુરત જ રાહત મળે છે.

ઉપચાર નં. ૨. હીંગ રતિ એક, સૂંઠ રતિ અરધી, બંને સાથે મેળવી ઘી સાથે આપવાથી બાળકને રાહત મળે છે.

ઉપચાર નં. ૩ કાકડાશીંગ રતિ એક, રેવંચી રતિ એક વાવડીંગ રતિ એક, ત્રણે સાથે મેળવી તેને સવાર–સાંજ પાણી સાથે આપવાથી લાંબા સમયનો પેટનો દુઃખાવો પંદર દિવસના નિયમીત સેવનથી દૂર થાય છે.

પેટમાં થતો આમ

પેટમાં થતો આમ બાળકોને અનેક પ્રકારના જુદા જુદા રોગોમાં ફેરવી નાંખે છે અને મુખ્યત્વે કૃમિ, ઝાડા, મરડા તથા પેટમાં ચાંદા પડવા સુધીના રોગો સુધી લઇ જાય છે. પણ ઝાડા અને મરડા માટે આપણે બીજી જગ્યાએ લખશું.

લક્ષણો :-કોઇ વખત તેને કારણે પેટમાં દુઃખે છે અને કોઈ વખત સખત ચૂંક પેટમાં આવી જાય છે અને બાળક જ્યારે ચૂંક આવે છે ત્યારે સખત પગ પછાડી અને રડે છે અને જ્યારે પેટમાં દુઃખે છે ત્યારે થોડું થોડું રડે છે અને બંધ થઇ જાય છે પણ આ રોગ લાંબો વખત સુધી ચાલે છે એટલે બાળક એકાદ બે દિવસે રડે છે. અને ઘણી વખત અઠવાડીયે એકાદ વખત રડે છે આ રીતે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

લાંબા સમયની બિમારીને કારણે બાળક નબળું ઘણું રહે છે. ઘણી વખત ઝાડા થાય છે.

કારણો :-કાચું દૂધ, કાચું અનાજ અને આઇસક્રીમ તથા ઠંડી અને વાસી ચીજો ખાવાની આદત.

ઉપચાર નં. ૧. સૂંઠ રતિ એક, ગોળ અને ઘી સાથે મેળવી સવાર-સાંજ આપવું અને રાત્રે પેટ પર આકડાના પાનને દિવેલ લગાવી ગરમ કરી રાખવાં અને તે પર ઘીના દીવા પર ચારણી ઢાંકી ગોટાનો શેક કરવો; આ પ્રયોગ લગભગ એક માસ કરવો.

ઉપચાર નં. ૨. મરડાશીંગ રતિ એક, સૂંઠ રતિ અરધી, અતિ વિષ રતિ અરધી, અજમો રતિ અરધી, બધું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી તેમાંથી સવાર-સાંજ તુલસીના રસ સાથે આપવાથી એક માસમાં આમ દૂર થાય છે.

ઉપચાર નં. ૩. કાકડાશીંગી રતિ એક, સૂંઠ રતિ અરધી, પીપર રતિ અરધી, મરી રતિ અરધી, બધું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી સવાર-સાંજ એક માસ સુવાના પાણી સાથે આપવાથી આરામ થશે.

ઉપચાર નં. ૪ કાળી દ્રાક્ષનું બીજ કાઢી તેમાં એકેક રતિ સૂંઠ ભરી સવાર-સાંજ બાળકને આપવું અને ઉપર સૂચવેલ નં. એકના ઉપચાર પ્રમાણે આકડાના પાનનો શેક કરવો.

પેટના કૃમિ

પેટમાં થતાં ઝીણા ગોળ કૃમિ બાળકોને રડવાનું અને છતાં ન સમજાય તેવું એક કારણ છે. આ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કૃમિ ઘણી વખત ચપટાં હોય છે અને ઘણી વખત અણુ-સીયા જેવાં પણ હોય છે. કૃમિ અનેક પ્રકારના છે, પણ જ્યાં સુધી બાળકોને રડવાને લાગેવળગે ત્યાં સુધી ઉપરના ત્રણ કૃમિ કારણભૂત છે.

લક્ષણો :–પેટમાં ઝીણો ઝીણો દુઃખાવો થઈ ઝાડા થાય છે, બાળકને બેચેની જણાય છે અને થોડી થોડી વારે રડયા કરે છે. આ કારણે બાળક ચીડીયું બની જાય છે અને લગભગ ઘણી ખરી બાબતોમાં જીદ પકડી રડવા માંડે છે. પરિણામે માબાપ કંટાળી જઈને બેકાળજી બને છે અને ઘણી વખત માર પણ મારે છે. બાળક આ સ્વ-ભાવગત કરતું નથી હોતું પણ તેને અંદરથી બિમારીને કારણે એ સ્વભાવગત બને છે અને નિદાનના અભાવે તેને તેમાંથી પરિણમતા શરદી, સસણી, દમ અને તેવાં ભયંકર રોગોના ભોગ બનવું પડે છે.

કારણો :–જુનો આમ, અતિમિષ્ટાન્ન, અતિ ઠંડા પીણાઓ અને ખોરાકો, વારસાગત અને વાસી ખોરાકો તથા વાસી માંસાદીકમાંથી જન્મે છે.

ઉપચાર નં ૧. પાંડેરવાની છાલનું ચૂર્ણ કરી રતિ બે અને તે ન હોય ત્યાં કરંજના બીજનું ચૂર્ણ રતિ બે, વાવડીંગ રતિ એક, બંને સાથે મેળવી સવાર–સાંજ તુલસી અગર સૂંઠના ઉકાળા સાથે નિયમીત આઠ દિવસ આપવું અને નવમે દિવસે સોનામુખીનો જુલાબ આપવાથી કૃમિ નીકળી આવશે.

ઉપચાર નં. ૨. દરરોજ કાંકચ (સાગર ગોટા) શેકી તેનાં બીજ કાઢી અકેક સવારસાંજ આપવું અને આઠમે દિવસે સોનામુખીનો જુલાબ આપવો.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઉપચાર નં. ૩. કીડામારી એકેક રતિ સવારસાંજ ગરમ પાણી સાથે આઠ દિવસ આપી પછી નવમે દિવસે સોનામુખીનો જુલાબ આપવો.

ઉપચાર નં. ૪. હુવારી અજમો સવારસાંજ બબ્બે રતિ આઠ દિવસ આપી નવમે દિવસે સોનામુખીનો જુલાબ આપવો.

ઉપચાર નં. ૫. કાળીજીરી બબ્બે રતિ સવારસાંજ ગરમ પાણી સાથે આઠ દિવસ આપી નવમે દિવસે સોનામુખીનો જુલાબ આપવો.

ઉપચાર નં. ૬. વાવડીંગ રતિ એક, પીપર રતિ એક, સાથે મેળવી સવારસાંજ આઠ દિવસ નિયમિત આપી નવમે દિવસે સોનામુખીનો જુલાબ આપવાથી કૃમિ દૂર થશે.

ઉપચાર નં, ૭. કરંજના બીજ રતિ બે, પીત્તપાપડો રતિ એક, સાથે મેળવી સવારસાંજ પાણી સાથે આઠ દિવસ આપી નવમે દિવસે કોઈ પણ જુલાબ આપવાથી કૃમિ દૂર થાય છે.

ઉપચાર નં, ૮. મામેજવો રતિ એક, વાવડીંગ રતિ એક સાથે મેળવી સવારસાંજ આઠ દિવસ ગરમ પાણી સાથે આપી નવમે દિવસે કોઈ પણ જુલાબ આપવાથી કૃમિ દૂર થશે.

વધેરાવળ

આ રોગ પણ બાળકોને પેટમાં જ થાય છે અને તેથી તેઓ ખાસ કરીને ઠંડીને સમયે ખૂબ રડે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

છે. સાંજે પાંચથી છ વાગ્યા પછી અને વહેલી સવારે ઉઠીને સખત ચીંસ પાડી પગપછાડી રડવા માંડે છે. રોગ સાથળના મૂળથી ડૂંટી સુધી સખત પીડા કરતો હોય છે.

<u>લક્ષણો</u>:–બાળક ઠંડીના સમયે સખત પગ પછાડીને રડે છે અને મોટે ભાગે ડાબી તરફનો પગ પછાડે છે અને કયારેક જમણી તરફનો અગર બન્ને પગ પછાડી સખત ચીંસ નાખે છે અને આકુળ વ્યાકુળ બની જાય છે. કલાક કલાક સુધી એક સાથે એ રીતે રડે છે અને જયારે સખત થાકી જાય છે ત્યારે થાકને કારણે થોડું પડી રહે છે અને ફરી રડવા માંડે છે. અનેક લોકો આમ થતાં બાળકને કંઇ વળગાડ છે એમ સમજી તેવા ઉપચારો કરે છે પણ બાળક વધારેજ પીડાતું જાય છે અને કોઇ રોગ પારખી શકતું નથી.

<u>કારણો</u> :–વારસાગત, પ્રસુતિ દરમ્યાન બેદરકારી અને અયોગ્ય ખોરાકો, માતાનું રોગીધાવણ, ચાલુ શરદી રહેવી, જમીન પર બાળકને સુવડાવી રાખવું, બાદી અને ઋતુમાનના ફેરફારો આ રોગના મુખ્ય કારણો છે.

<u>ઉપચાર નં. ૧.</u> બાળકને પેટની ડૂંટીથી નીચે પગના સાથળના મૂળ સુધી ગરમ તેલનું આસ્તે આસ્તે માલીસ કરવું અને ઘીના દીવા પર ચારણી રાખી ગોટાનો શેક કરવો. તથા અરધી રતિ હીંગ અને અરધી રતિ પીપર સાથે મેળવી ઘી સાથે ચટાડવા. આ ઉપચાર તાત્કાલીક રાહત માટેછે.

<u>ઉપચાર. નં. ૨.</u>–અતિ વિષ રતિ અરધી, પીપર રતિ અરધી,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કાકડાશીંગી રતિ અરધી અને હીવેલ રતિ અરધી સાથે મેળવી સુવાના પાણીમાં ઘુંટી ગોળી બનાવો અને તેવી ગોળી સવારસાંજ બાળકને આપી પેટ પર ઘીના દીવાનો ઉપર મુજબ શેક કરવો. પ્રયોગ એક માસ ચાલુ રાખવાથી આરામ થાય છે.

બાળકોનાં ચકૃત્તના દર્દો

બાળકોનાં (લીવર) ચકૃતના રોગો અને બીજા અનેક રોગો છે પણ આ જગ્યાએ આપણે જે રોગ બાળકોની સારવારની ખામીને કારણે જીવલેણ નીકળે અને જે રોગોથી બાળકોના જીવન તરફ માબાપની બેદરકાર વૃત્તિ બની જાય તેવા રોગો અને જે રોગો માટે સહજ પ્રાપ્ય ઉપચારો હોય તેવા રોગોનું વર્ણન અને ઉપચાર વિષે લખશું.

ચકૃતનો રોગ પણ બાળકો માટે અતિ ગંભીર અને જીવલેણ છે.

<u>બાળકોનાં ચકૃત</u> :—આ રોગ મોટે ભાગે બાળકોને માબાપના વારસામાંથી આવે છે અને લીવર મોટું થઇ વધી જાય છે અને ઘણી વખત તેમાંથી બાળકને તાવ આવે છે અને ઘણી વખત બાળક મોટી ઉંમરનું થાય ત્યાં સુધી ચાલવાને અશકત હોય છે. ખાવાના ખોરાકો અનિયમિતપણે અગર પચે નહીં છતાં આપવામાં આવે તો પણ બાળક આ રોગનું ભોગ બને છે. ઘણી વખત માબાપો તબીબોની મના છતાં બાળકને શકિત આવશે અથવા લાડ લડાવવા ખોરાકો પરાણે આપ્યા જ કરે છે અને પરિણામે માબાપ જાતે જ બાળકને પાંગળું બનાવે છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

લક્ષણો :-બાળક આખો દિવસ વગર કારણે થોડું થોડું રડયા કરે છે, આખો દિવસ ભૂખ ન હોય તો પણ ખોટી આદત પડી જવાને કારણે કંઇ ને કંઇ ખાવાનું માંગ્યા જ કરે છે. ઝાડા થઇ જાય છે. હાથ પગ દોરી અને પેટ મોટું થઈ જાય છે, ઘણી વખત તાવ આવે છે. ઘણી વખત પીળું અને તદ્દન નીસ્તેજ બની જાય છે. ઘણી વખત મોઢાં પર થેથર એટલે સાધારણ સોજો આવે છે. અને બાળક મોટી ઉંમરનું થાય ત્યાં સુધી ચાલી શકતું નથી.

કારણો:-માબાપના વારસામાંથી, પચે નહીં છતાં ખોરાકો આપવાથી, ઘણો વધારે તાવ, અને ખાસ કરી મેલેરીયા જેવા તાવમાંથી, ઝાડામાંથી, અંધારા ઘરમાં રહેવાથી, માટી વીગેરે ખાવાની આદતમાંથી અને વાસી માંસ તેમ જ ખોરાકોમાંથી.

ઉપચાર:-થોડી નીચે મુજબની વનસ્પતિઓ ઉપચાર માટે સર્વોત્તમ છે.

સરપંખો, કાલમેઘ, વેણીવેલ, રેવંચી, નવસાર અને તેના ફુલ ઉપરની વનસ્પતિઓ ન મળે ત્યારે વાપરી શકાય છે અને તે ઘણી જ ઉપયોગી છે.

ઉપરની તમામ વનસ્પતિઓમાંથી કોઇપણ એક લઈ, તેનું ૦। તોલો વજન કરી તેમાં બે તોલા પાણી મેળવી તેને ઉકાળી એક ચમચી પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, તેમાંથી બે ભાગ કરી સવારસાંજ બે માસ નિયમીત બાળકોને આપવાથી બાળકોની ભયંકરમાં ભયંકર લીવરની બીમારી દૂર થાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

લીવરનો સોજો

લીવરના સોજાથી જ્યારે પાચન શક્તિ મંદ પડે છે અને સોજો બાળકના પેટમાં દુઃખાવો ઉત્પન્ન કરે છે ત્યારે બાળક ફીક્કું પડતું જાયછે, અતિ ખાવાનું માંગે છે અને ઝાડા થાય છે, તેને લીધે પેટમાં વીંટ આવે છે અને બાળક રડયા કરે છે. મોટે ભાગે આ રોગ બાળકોને રાતના સૂતી વખતે વધારે તકલીફ આપે છે અને તેથી તેને નિંદ્રામાં ત્રાસ થાય છે. અને બાળક ધીરૂં ધીરૂં આખી રાત રડે છે.

લક્ષણો :-બાળક પીળું પાંજર જેવું પડી જાય છે, હાથપગ દોરી અને પેટ ગાગર એટલે પેટ ઘણું મોટું થાય છે અને હાથપગ તદ્દન પાતળા બની જાય છે. ઘણી વખત તાવ પણ રહે છે. ઘણી વખત તેને કારણે શરદી પણ થાય છે. પેટના જમણા ભાગ પર દુઃખાવો થાય છે અને આખા પેટમાં ચૂંક આવે છે. મોટે ભાગે ઝાડા છૂટી જાય છે અને અસહ્ય વાસવાળા ઝાડાઓ તથા ખૂબ મોટા ઝાડાઓ થાય છે. જીભ ફીક્કી પડી જાય છે. આખો દિવસ બાળક ખાવાનું માંગે છે. આંખો પીળી થતી જાય છે તથા ઉંડી ઉતરતી જાય છે. હાથપગ ઠંડા રહે છે અને આખું શરીર ગરમ રહે છે અને ઘણી વખત તેથી ઉલટું પણ બને છે.

કારણો:-વધારે પડતુ ઘી ખાવું, ઠંડા ખોરાકો ખાવા, વાસી ખોરાકો ખાવા, પાચન ન થાય તો પણ ખાયા કરવું, માબાપના વારસામાંથી આવવું, માબાપને થતા (સીફીલીસીસ) ઉપદંશ જેવા રોગોમાંથી મોટે ભાગે આ રોગ વારસામાં

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આવે છે. ચામડીના રોગોમાંથી તેમજ લોહી બગાડમાંથી પણ આ રોગ થાય છે. બાળકોને માટી ખાવાની આદત પણ આ રોગનું એક કારણ છે.

<u>ઉપચાર નં. ૧.</u> સરપંખો ૧ આનીભાર, પીપર ૧ આનીભાર, વાવડીંગ ૧ આનીભાર, પાણી તોલા ૨, બધું સાથે ઉકાળી ૧ તોલો પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાંથી બે ભાગ કરી સવારસાંજ નિયમીત દોઢમાસ આપવાથી આરામ થશે.

<u>ઉપચાર નં. ૨.</u> વેણીવેલ ૨ આનીભાર, રેવંચી ૦ાા આનીભાર; અકકલકરો ૧ આનીભાર, પાણી તોલા ૨, આ બધું સાથે ઉકાળી ૧ તોલો પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી બે ભાગ કરી સવારસાંજ નિયમીત દોઢ માસ આપવાથી આરામ થશે.

<u>ઉપચાર નં. ૩.</u> કાલમેઘ ૨ આનીભાર, ચિત્રક ૧ આની-ભાર, પાણી તોલા ૨, આ બધું સાથે ઉકાળી ૧ તોલો પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ નિયમીત બે માસ આપવાથી આરામ થશે.

<u>સૂચનાઃ-</u> ઘી, તેલ અને ચિકાશવાળો ખોરાક ખાવા આપવા નહીં. ઉપરના બધા ઉપચારમાં આ સૂચનાનું પાલન કરવું.

ઝાડા અને મરડો

<u>ઝાડા :-</u>ઝાડાનો રોગ બાળકોને અનેક કારણોને લીધે થાય છે. તે માટેના દાંત, અપચો તથા ગરમી મુખ્ય કારણો છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

લક્ષણો :-ઝાડા થવા, કોઇ વખત તાવ આવવો, હાથ પગ ગળવા, નબળાઇ આવવી, સખત ભૂખ લાગવી અને થોડું થોડું રડયા કરવું.

કારણો :-આખો દિવસ જે તે ખાયા કરવાથી, ટોફી, પીપરમીંટ અને બહારના ખોરાકો ખાવા, લીવર ખરાબ થવું, કૃમિ હોવા, આંતરડા બગડવા અને વરસાદના તાજાં પાણી પીવા. ખરાબ દૂધ પીવું અને દાંત આવવા.

ઉપચાર નં. ૧-ખસખસ અરધી આનીભાર, જાયફળ અરધી આનીભાર સાકરનાં પાણી સાથે વાટી દિવસમાં ત્રણ વખત આપો.

ઉપચાર નં. ૨:-સૂંઠ અરધી આનીભાર, ઈંદ્રજવ એક આનીભાર, જાવંત્રી એક આનીભાર અને સાકરનું પાણી તોલા પાંચ-બધું સાથે વાટી તેમાંથી ત્રણ ભાગ કરી દિવસમાં ત્રણ વખત આપવું.

મરડો :-પેટમાં સખત આંકડી આવવી, બહુ જ ઓછો છતાં ઘણી વખત ઝાડા થવા તેને મરડાંના નામથી સંબોધવામાં આવે છે.

લક્ષણો :-આખો દિવસ પેટમાં સખત આંકડી આવવી, ઝાડા થવા, પેટમાં દુઃખાવો થવો અને ઘણી વખત ઝાડા સાથે લોહી પડવું, કોઇક વખત ચીકણા પણ ઝાડા થાય છે.

કારણો :-અતિ તીખા ખોરાકો, વાસી ખોરાકો, અપચો, વાયુ અને દૂધ તથા પાણીમાંથી આ રોગ થાય

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

છે. પેટમાં બગાડ થવાથી પણ આ રોગ થવાનો પૂરતો સંભવ છે.

ઉપચાર નં ૧:-બીલાનો ગર્ભ ૦।। તોલો સવારસાંજ આપવાથી ઝાડામાં પડતું લોહી દૂર થાય છે.

ઉપચાર નં ૨:-ઇંદ્રજવ અરધો આનીભાર, વાવડીંગ અરધો આનીભાર,-બંને સાથે મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત સાકરના પાણી સાથે આપવું.

સૂચના:-ખોરાકમાં છાશ, મોસંબી સિવાય કંઇ આપવું નહીં.

ઉલટી

આંતરડાંમાં ઘણો વાયુ થવાથી બાળકોને આ રોગ થાય છે અને તેનાં મુખ્ય કારણમાં પેટની બાદી, ખરાબ દૂધ, અતિશય ગરમી કે પેટની જીવાત હોય છે.

લક્ષણો :- બાળક આખો દિવસ ઓકે છે, કંઇ પણ ખોરાક કે પાણી પેટમાં જાય તો પણ ઉલટી થાય છે, ઘણી વખત શરીર સહેજ તપી આવે છે.

કારણો :-માતાના ખોરાકમાં અનિયમીતતા એ મુખ્ય કારણ છે, બાળકને બાદી થવી, તાપમાં ફરવું અને ઠંડું અથવા વાસી દૂધ આપવા એ બીજા કારણો છે.

ઉપચાર નં. ૧. એક ચમચી મધ સાથે લીંબુનાં ટીપાં ત્રણ નાખી આપવું.

ઉપચાર નં. ૨. એક ચમચી સુવાના પાણી સાથે ૦।। રતી કપૂર મેળવી આપવાથી ઉલ્ટી થતી બંધ થશે.

ઉપચાર નં. ૩:-સાદો જુલાબ આપવો.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઉપચાર નં. ૪:-કપૂર કાચલી એક રતી પાણી સાથે આપવી.

ખોરાકમાં મોસંબી સંતરાના રસ સિવાય કશું આપવું નહીં.

માટી ખાવી

માટી ખાવાની આદત બાળકને માતાના ગર્ભમાંથી જ પડે છે. ગર્ભાધારણ વખતે માતા માટી ખાતી હોય છે જેને કારણે બાળક માટી ખાવા તરફ આકર્ષાય છે અને જ્યાં ત્યાંથી ઉપાડીને માટી થાય છે અને કેટલીક વખત અજ્ઞાનતાને કારણે કોલસો પણ ચાવી જાય છે.

લક્ષણો :-પેટ મોટું થાય છે, હાથપગ ગળે છે, ખાવાનું ભાવતું નથી. ઘણી વખત તેમાંથી કમળા જેવા રોગો થાય છે, શરીર ગરમ રહે છે, ઘણી વખતે ઉલટી થાય છે, ઘણી વખત ઝાડા થાય છે અને અનેક વખત સસણી અગર દમ જેવા રોગો તેમાંથી થતા જાણવામાં આવ્યા છે.

કારણો :-માતાના સંસ્કારમાંથી, બાળકની અણસમજમાંથી, ગંદી જગ્યામાં રખડતું મૂકવાથી.

ઉપચાર નં. ૧. રેવંચી રતિ એક, અતિવીષ રતી એક સાથે મેળવી સવાર સાંજ આઠ દિવસ સુધી આપી ત્યાર પછી સોનામુખી તોલા એકનો જુલાબ આપવો.

શરદી

શરદીનો રોગ બાળકોને ઘણા કારણોથી થાય છે અને મોટા ભાગના બાળકો શરદીથી એટલા બધા

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પીડાતા હોય છે કે તેમાંથી અનેક જાતના મોટા રોગો ઘણી વખત થઈ આવે છે અને બાળક અસહ્ય વેદનાને કારણે તરૂણાવસ્થાને પામતું જ નથી.

<u>લક્ષણો :-</u>ઘણી વખત બારીક તાવ રહેવો, હાથ પગ ગળવા, ભૂખ ન લાગવી, માથું તપવું, બેચેની રહેવી, અવારનવાર સૂઇ રહેવાનું મન થવું, હાથ પગ ગરમ થવા, થોડી થોડી ઉધરસ આવવી, નાકમાથી લીંટ નીકળવું, છીંકો આવવી, આંખો લાલ થઇ જવી અને માથામાં દુઃખાવો રહેવો એ મુખ્ય લક્ષણો છે.

<u>કારણો :-</u>કાકડા, નાકનું હાડકું, ઠંડા પીણા, આઈસક્રીમ, આઇસફ્રુટ, ધૂળમાં રખડવું, કાયમની બાદી રહેવી, ઠંડા પાણીમાં રમવું, ઠંડી હવામાં ફરવું, ભીને કપડે ફર્યા કરવું, મોટા રોગોમાંથી પણ આ રોગ કાયમનો થઈ જાય છે અને વારસાગત પણ આ રોગ મળે છે.

<u>ઉપચાર નં. ૧.</u> કાકડા હોય તો મધ તોલા પાંચ અને હળદળ તોલો એક સાથે મેળવી તેમાંથી દિવસમાં ત્રણ વખત ગળામાં લગાડવું અને જેઠીમધનો શિરો તથા સૂંઠનો ઉકાળો બનાવી આપવો.

પાણી તોલા પાંચ, સૂંઠ એક આનીભાર, તજ અરધો આનીભાર, લવિંગ અરધો આનીભાર, ગોળ તોલો એક, આ બધું સાથે ઉકાળી, ગાળી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ બે વખત બાળકને નિયમીત આપવું.

<u>ઉપચાર નં. ૨.</u> નાકમાં હાડકું હોય તો સરસીયું તેલ તોલો ૧, ચંદનનું તેલ તોલો ૧ સાથે મેળવી એક બાટલીમાં

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ભરી તેમાંથી બબ્બે ટીપાં બન્ને નાકમાં નાખવા તથા ઉપચાર નં. ૧ માં સૂચવ્યા પ્રમાણે ઉકાળો આપવો.

ઉપચાર નં. ૩. પાણી તોલા પાંચ, ગોળ તોલો એક, તુલસી તોલો ૦।, હળદર બે આનીભાર સાથે ઉકાળી, ગાળી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ બાળકને આપવું.

ઉપચાર નં. ૪. પાણી તોલા પાંચ, અજમો બે આનીભાર, સુંઠ અરધો આનીભાર, હળદર અરધો આનીભાર, કાળા મરી અરધો આનીભાર, ગોળ તોલો એક-આ બધું ઉકાળી લગભગ અરધા જેટલું પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી, સવારસાંજ બે વાર નિયમિત આપવું.

ખાંસી

ખાંસી :-બાળકોને ખાંસી ખાસ કરીને શરદી, ગરમી, ચોરિયાનાં દર્દો અને ચેપમાંથી જન્મે છે.

લક્ષણો :-આખો વખત ખાંસી આવવી, ભૂખ ન લાગવી, ઊલટી થવી, નાક ગળવું.

કારણો :-ઠંડી હવામાં ફરવાથી, કાકડા થવાથી અને ચેપ લાગવાથી. ઠંડાં પીણાં પીવાથી અને ખરાબ તેલવાળી તેમ જ વાસી વસ્તુ ખાવાથી.

ઉપચાર નં. ૧. ગરમ દૂધમાં હળદર અને ઘી નાખી આપવું.

ઉપચાર નં. ૨. અરડૂસીનો રસ ચમચી એક, મધ ચમચી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

એક, સાથે મેળવી સવારસાંજ આપવું.

ઉપચાર નં. ૩. જેઠીમધ રતી ત્રણ મધ સાથે મેળવી સવારસાંજ આપવું.

મોટી ઉધરસ

મોટી ઉધરસ બાળકોનો જીવલેણ રોગ છે. અને ઘણી વખત છ--છ માસ સુધી એક સરખી રીતે બાળકોને સતાવે છે. આ રોગ ઘણો ચેપી હોઈ એક બાળક પાસેથી બીજા બાળક પાસે જાય છે અને બાળકને ખાવા પીવામાં પણ તકલીફરૂપ થઈ લોહી ચૂંસી લે છે.

લક્ષણો:–આખો દિવસ બાળક ખાંસ્યા કરે છે, લાલ-ચોળ થઈ જાય છે, ઊલટી થાય છે, પેટ ચઢી આવે છે, ખાવાનું ભાવતું નથી, દમ ચઢવા જેવો ત્રાસ થાય છે અને બાળક નિસ્તેજ બને છે.

કારણો:–ચેપી હવામાંથી, જૂની શરદીમાંથી, જૂના કાકડાઓમાંથી, ન્યુમોનિયા, ટાઈફોઈડ, ઓરી અને માતા જેવા રોગોમાંથી, અતિ શરદીમાં રહેવાથી આ રોગ મોટે ભાગે થાય છે.

ઉપચાર:–ગોરોચન રતી એક ગાયના દુધ સાથે સવાર-સાંજ બાળકને આઠ દિવસ નિયમિત આપવાથી આ રોગ અચુકપણે મટે છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સસણી

સસણીનો રોગ બાળકોને મોટે ભાગે પેટના કૃમિ, માતપિતાનો વારસો, જૂની શરદી, ઓરી, ન્યુમોનિયા કે ટાઇફોઇડમાંથી મળી આવે છે અને આસ્તે આસ્તે આગળ વધી. મોટી ઉંમરમાં દમનુ સ્વરૂપ પકડે છે. આ રોગ શ્વાસનળીમાં અને ફેફસાઓમાં તકલીફ કરે છે.

લક્ષણો:–આખો વખત ઉધરસ આવે છે, શ્વાસ ચઢે છે, પેટ ચઢી આવે છે, ઘણી વખત બાળક બોલી પણ શકતું નથી અને રડી પણ શકતું નથી, ઊલટી થાય છે, ખોરાક લઇ શકાતો નથી, બાળક નબળું પડે છે અને ઘણી વખત ગભરામણ પણ થાય છે.

કારણો:–પેટમાં કૃમિ હોવા એ મુખ્ય કારણ છે. માતા, ઓરી અને ન્યુમોનીયામાંથી પણ આ રોગ થાય છે. કાકડા એ પણ એક કારણ છે. અતિ ઠંડા ખાણા–પીણા. અને ઠંડી હવામાં રહેવું, ફરવું તથા માતાપિતાના વારસામાંથી આ રોગ મળે છે.

ઉપચાર નં. ૧. કૃમિ હોય તો છુવારી અજમો એક, આનીભાર, વાવડીંગ એક આનીભાર, કરંજ એક આનીભાર, ઉપલેટ એક આનીભાર, વેણીવેલ એક આનીભાર, પાણી તોલા પાંચ, આ બધું સાથે ઉકાળી, લગભગ અરધા જેટલું પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી, સવારસાંજ નિયમિત બે માસ આપવાથી આરામ થશે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઉપચાર નં. ૨. કાકડા હોય તો કાકડાનો ઉપચાર અગાઉ સુચવ્યા પ્રમાણે કરવો અને ઉપચાર નં. ૧ પ્રમાણે ઉકાળો આપવો.

ઉપચાર નં. ૩. અરડૂસી ૧ આનીભાર, ઉપલેટ ૧ આનીભાર, અશેરિયો ૧ આનીભાર, જેઠીમધ ૧ આનીભાર, પાણી તોલા પાંચ, આ બધું સાથે ઉકાળી અરધું પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી, સવાર સાંજ નિયમિત બે માસ સુધી આપવું.

સૂચના:- તેલ, મરચું, ખટાશ, ઠંડાં પીણાં તથા તળેલાં ખોરાકો આપવા નહીં. રાત્રે સાત વાગ્યા પછી જમવા આપવું નહીં. છાશ, દહીં અને ખટાશથી દુર રહેવું.

પથારીમાં પેશાબ

રાતના પથારીમાં ઊંઘમાં પેશાબ થવો એ ઘણાં બાળકોને આદત પડી જાય છે અને ઘણી વખત રાતના બબ્બે ત્રણ--ત્રણ વખત પેશાબ થઇ જાય છે અને પથારી ગંદી કરી મૂકે છે.

લક્ષણો:- પથારીમાં પેશાબ થઇ જાય છે.

કારણો:- છોકરાઓનાં બધા કારણો ઉપરાંત છોકરીઓને યોનિશોથ હોય છે. ગુદાના મળદ્વાર પાસે દોરા જેવા કૃમિ થવા, ગુદામાં ચીરા પડવો, મળનો ભરાવો થવો, પેશાબમાં સાકર જવી, પેશાબમાં ખટાશ જવી, પથરી હોવી અને કમરના સાંધાનું દરદ થવું. ઘણી વખત

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ચોરિયાના સોજાથી અગર નાકનું હાડકું વધવાથી પૂરો શ્વાસ ન લઇ શકવાને કારણે બાળક મુંઝાઇ જાય છે અને પેશાબ કરે છે. ઘણી વખત ટાઇફોઇડ અને કોલેરા જેવા રોગો શરીરમાં હોવાથી પણ આ રોગ શરૂ થાય છે. અતિ થાકી જવાથી અથવા ડર લાગવાથી પણ આ રોગ થાય છે.

ઉપચાર નં. ૧. જે જાતનું કારણ હોય તે કારણ પહેલાં દૂર કરવાની કોશીશ કરવી. કોલેરા કે ટાઇફોઇડનાં જંતુ હોય તો તેને દૂર કરવા, કાકડાનો કે નાકનો રોગ હોય તો તે દૂર કરવો અને ડર પેસી ગયો હોય તો તે પણ દૂર કરવો.

ઉપચાર નં. ૨ કાંકચના પાનનો રસ એકેક ચમચી સવારસાંજ આપવાથી રોગ દૂર થાય છે.

ઉપચાર નં. ૩. ઝેરકોચલાની ફાકી એક રતી લઇને પાણી સાથે આપવાથી રોગ દૂર થાય છે.

ઉપચાર નં. ૪ કાળીજીરી રતી ત્રણ ઘી સાથે આપવાથી રોગ દૂર થાય છે.

કાનનો દુખાવો

કાનનો દુખાવો એ બાળકો માટે ન સમજાય એવો છતાંયે અવારનવાર થતો રોગ છે અને વરસાદની ઋતુમાં, ઠંડીમાં અગર અજાણ્યા કારણથી પણ કાનમાં દુખાવો થાય ત્યારે બાળક સખત રડે છે અને કારણો ન સમજાતાં

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ચીસાચીસ કરી મૂકે છે. આ રોગ પેટના રોગની જેમ ઓળખવો ઘણો સહેલો નથી, પણ આ રોગની અસહ્ય પીડાને કારણે ઘણી વખત બાળક બેશુદ્ધ બની જાય છે, ઘણી વખત ઊંઘમાંથી ઊઠી જાય છે અને ઘણી વખત એકાએક બેઠા બેઠા ચીસો પાડવા લાગે છે.

<u>લક્ષણો</u>:- પગ પછાડીને બાળક રડે છે, મોઢું લાલચોળ થઈ જાય છે, ઘણી વખત ઊલટી કરે છે, ઘણી વખત માથાં પછાડે છે અને ઘણી વખત કાન આગળ ખંજવાળે છે અથવા કાન ખેંચે છે.

<u>કારણો</u>:- કાનમાં પાણી જવાથી, સખત ઠંડીથી, કાનમાં જ્ઞાનતંતુના પડદાઓ પર વર્ષાઋતુ જેવા ઋતુના પ્રહારોથી, જીવજંતુ જવાથી અને કાંઈ લાગી જવાથી.

<u>ઉપચાર નં. ૧.</u> મીઠું તેલ તોલો ૧ માં લસણની ચાર કળી કકડાવી તે તેલનાં ત્રણ ટીપાં કાનમાં નાખવા.

<u>ઉપચાર નં. ૨.</u> મીઠું તેલ તોલો ૧ લઈ, તેમાં હીંગ ૧ આનીભાર કકડાવી, તે તેલનાં ત્રણ ટીપાં કાનમાં નાખવા.

<u>ઉપચાર નં. ૩.</u> સુખડનું તેલ ટીપાં ત્રણ કાનમાં નાખવું.

<u>ઉપચાર નં. ૪.</u> હીનાનું અત્તર ટીપાં ત્રણ કાનમાં નાખવું.

<u>ઉપચાર નં. ૫.</u> તુલસીનો રસ ટીપાં ત્રણ કાનમાં નાખવો.

<u>ઉપચાર નં. ૬.</u> આકડાના પાનને ગરમ કરી તેનો રસ કાનમાં નાખવો.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઉપચાર નં. ૭. ડમરાના પાનનો રસ ટીપાં ત્રણ કાનમાં નાખવો.

આંખો આવવી

આંખો આવવાનો રોગ બાળકોને સહજ સાધારણ હોય છે, કારણ કે ધુળમાં રમવું, તાપમાં ફરવું વગેરે કારણોને લીધે અવારનવાર આંખો આવી જાય છે.

લક્ષણો:- આંખ લાલચોળ થાય છે, પોપચાં સુજી જાય છે, પોપચાંમાં દુખાવો થાય છે, ઘણી વખત પોપચાંમાં બળતરા પણ થાય છે, તાપમાં આંખ ઊઘડતી નથી અને માથામાં ચસકા નાખે છે. આંખમાંથી પીયા નીકળે છે અને કોઇક વખત પાણી પણ પડે છે.

કારણો:- ધુળવાળા હાથ આંખને લગાડવા, તાપમાં ફરવું, સખત હવામાં ફરવું, ધુળ ઊડવી, પેટમાં કબજીઆત રહેવી અને બીજાં બાળકોનો ચેપ લાગવો.

ઉપચાર નં. ૧. વરસાદનું પાણી તોલો ૨, લીંબુનો રસ ટીપાં પાંચ, સાકર ૨ આનીભાર બધું સાથે મેળવી એક બાટલીમાં હલાવી નાખો અને તેમાંથી દરરોજ ત્રણ વાર બબ્બે ટીપાં આંખમાં નાખો.

ઉપચાર નં. ૨. પાણી તોલા ૨, ફટકડી રતી ત્રણ સાથે મેળવી, હલાવી તેના ટીપાં આંખમાં નાખો.

ઉપચાર નં. ૩. પથ્થર પર પાણીનું ટીપું મૂકી સાથે અરણીનું મૂળ ઘસીને આંખમાં આંજો.

ઉપચાર નં. ૪. કાજળમાં કપૂર નાખી આંખમાં આંજો.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

દાંત

દાંત એ બાળકોનું બીજું ભયાનક દરદ છે કે જેમાં બાળક નબળું, નિસ્તેજ અને કાન્તિહીન બની જાય છે. દાંત આવતી વખતે બાળક તાવ, ઉધરસ, શરદી અને ઝાડા જેવા મોટા રોગોમાંથી પસાર થઈ, અનેક જાતના રોગોમાંથી નીકળ્યું હોય તેમ નબળું બની જાય છે.

__લક્ષણો:-__ ઝાડા થવા એ સૌથી પ્રથમ અને મોટું લક્ષણ છે, ચોખાના ધોણ જેવા મોટા ઝાડા થાય છે, ઘણી વખત તાવ આવે છે, શરદી થાય છે, ઉધરસ થાય છે, આંખો પણ ઘણી વખત આવે છે અને બાળક નિસ્તેજ બને છે.

__કારણો:-__ આ સંબંધનાં મુખ્ય કારણોમાં દાંત આવતી વખતે દાંતનાં પેઢાંઓ ફૂટે છે તેથી રક્તવાહિનીઓ અને જ્ઞાનતંતુ વાહિનીઓ પર સખત દબાણ આવે છે અને તેને કારણે જે વિભાગની રક્તવાહિની અથવા જ્ઞાનતંતુવાહિની પર દબાણ આવે છે તે વિભાગના રોગો ઉત્પન્ન થાય છે.

__ઉપચાર નં. ૧.__ દૂધ ખૂબ આપવું.

__ઉપચાર નં. ૨.__ ફળોનો રસ પહેલેથી જ આપ્યા કરવો.

__ઉપચાર નં. ૩.__ કડાછાલ અકેક રતી સવારસાંજ આપવી.

__ઉપચાર નં. ૪.__ અરધી અરધી રતી ઇંદ્રજવ અને અતિવિષની કળી સાથે મેળવી, પાણી સાથે આપવું.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તોતડાપણું

આ રોગ બાળકોને મોટે ભાગે જ્ઞાનતંતુની નબળાઈમાંથી બાલ્યાવસ્થામાં જ આવે છે અને જિંદગીભર બાળકોને પોતાના મિત્રો, સ્નેહીઓ અને શાળાઓમાં નીચી કક્ષામાં મૂકી દે છે. આ રોગ ઘણી વખત ન્યુમોનિયા, ટાઇફોઇડ, ઘણો જોરનો તાવ, પેટના કૃમિ અને ખૂબ સોપારી ખાવાથી થઈ આવે છે.

<u>લક્ષણો:-</u> શરૂઆતના શબ્દો બોલતા બાળક તોતડાય છે અને ઘણી વખત બોલતા બોલતા અચકાય છે. બોલવાના ઉચ્ચારો શુદ્ધ હોતા નથી.

<u>કારણો:-</u> જ્ઞાનતંતુની નબળાઈ, ચેપી કાકડા, પડજીભીનો સોજો, ટાઇફોઇડ, ન્યુમોનિયા, મેલેરિયા, સ્કાર્લેટ, લકવો અને પોલિયો તથા વારસાગત આવે છે. ખુબ સોપારી ખાવાથી પણ બાળપણથી જ આ રોગ થાય છે.

<u>ઉપચાર નં. ૧.</u> અક્કલકરો આખો દિવસ મોઢામાં રાખી ચુસ્યા કરવો.

<u>ઉપચાર નં. ૨.</u> જેઠીમધ ૦॥ આનીભાર દિવસમાં ત્રણ વખત મધ સાથે ચટાડો તથા મરેઠીનો દોડો મોઢામાં આપવો.

<u>ઉપચાર નં. ૩.</u> જોગી પાદશાહ એકેક આનીભાર સવારસાંજ માખણ સાથે ચટાડવાથી અચુકપણે તોતડાપણું મટે છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઉપચાર નં. ૪. લીમડાની ગળો બબ્બે આનીભાર સવારસાંજ તાજી ચુંસવાથી ફાયદો થાય છે.

માતા

ચેપદ્વારા આ રોગ એકબીજા પર પ્રસરે છે અને આપણે આ રોગને, માતાને નામે સંબોધી ધાર્મિક સ્વરૂપ આપ્યું છે. આ રોગ ફાટી નીકળતાં ફરજીઆત બધાને જ રસી મુકાવવી પડે છે. શીતળાનો રોગ મોટે ભાગે ગરમી અને ચોમાસાની ઋતુની શરૂઆતમાં ફાટી નીકળે છે. કયારેક શરદ અથવા બીજી કોઇ પણ ઋતુમાં તે અચાનક ફાટી નીકળે છે.

લક્ષણો:- રોગ નીકળવાની શરૂઆત તાવથી થાય છે. એ પછી મોઢું અને છાતી તથા પેટનો ભાગ લાલ દેખાય છે અને આખરે આખું શરીર લાલ દેખાઈ, શરીર પર નાના ગોળ ભરાવદાર ઘાટા ફોલ્લા એક પછી એક મોટે ભાગે નીકળી પડે છે. પહેલાં આ ફોલ્લાઓ કપાળ પર અને કાંડાઓ પર દેખાય છે, અને પછી મોં, હાથ, પગ, ધડ અને વાંસા પર જણાય છે. ત્રણ દિવસના તાવ પછી તે સંપૂર્ણપણે જણાય છે. ચોથે અને પાંચમે દિવસે ફોલ્લા સખત ભરાય છે. આ દિવસોમાં રોગીને ઘણી વખત બે અને પાંચ ડીગ્રી સુધી તાવ રહે છે અને એ સ્થિતિ આઠમા દિવસ સુધી રહ્યા કરે છે. આઠ દિવસ પછી તેમાંથી પાણી સુકાઇ જાય છે ને તે પરની ચામડી ખરવા માંડે છે. આ રોગની મુદત મોટે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ભાગે ૪ થી ૧૦ દિવસ સુધીની હોય છે. આ રોગ દરમ્યાન રોગીને તાવ આવી, શરૂઆતમાં પાણી અને પરૂથી ભરેલા લાલ, અને પછી ઓછા થતા જતા લાલ ફોલ્લાઓ નીકળે છે. શરીરમાંથી આગ વરસતી હોય તેવી ફરિયાદ રોગી કરે છે. આંખો બળે છે, તૃષા લાગ્યા જ કરે છે અને દરદીને બાદી રહે છે.

કારણો:-ચેપ દ્વારા, માખી દ્વારા, દૂધ અને પાણી દ્વારા, ખોરાક દ્વારા, રોગીની માવજત દ્વારા, થુંક દ્વારા, ખાસ કરી શ્વાસોચ્છવાસ દ્વારા, બહારના વાતાવરણમાંથી, ગંદકી મારફત, રોગીના કપડાંઓ અને વાસણોમાંથી ચેપી જંતુ ફેલાવાથી, રોગીનો સ્પર્શ કરવાથી, રોગના વાયરા હોય ત્યારે, પ્રકૃતિ વિરૂદ્ધ આહાર વિહારમાંથી પણ આ રોગ જન્મે છે અને ફેલાય છે.

ઉપચાર નં. ૧. જેઠીમધનું ચૂર્ણ એકેક આનીભાર, સવારસાંજ રોગ સામેના રક્ષણ માટે, પાણી સાથે લેવું.

ઉપચાર નં. ૨. રોગ શરૂ થયા પછી જેઠીમધનું ચૂર્ણ બબ્બે આનીભાર દિવસમાં ચાર વખત પાણી સાથે લેવું.

ઉપચાર નં. ૩:- દરદીને ખુલ્લી હવાવાળા ઓરડામાં રાખવો, ખુલ્લે શરીરે દરદીને સુલાયમ માટી પાથરી તે પર સુવાડવાથી વધુ લાભ થાય છે.

ઉપચાર નં. ૪. દરદીને લીમડાના ઝાડ નજીક સુવાડવો. આમ કરવાથી દરદીને ઠંડક મળે છે અને આ પ્રયોગ લાભકર્તા નીવડે છે. દરદી જો ચાહે તો કુવાના પાણીથી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સ્નાન કરાવવું. અને આવશ્યકતા લાગે તો શરીર પર તેને આછું પાતળું કપડું ઢાંકવું.

સૂચના:-દૂધ અને બાજરાની રાબ, ચા, કોફી વગેરે ગરમ ખોરાકો સાત દિવસ સુધી આપવા. માતા નમી ગયા પછી તમામ ખોરાકો લઇ શકાય. છતાં શરીર પર ખંજવાળ ન આવે તે માટે બે માસ તેલ મરચાંથી દૂર રહેવું.

ઓરી

આ રોગ ખૂબ જ ચેપી હોઇ એક જગ્યાએથી બીજી જગ્યાએ જલદી પ્રસરવાથી ખૂબ જ મોટા પ્રમાણમાં ફાટી નીકળે છે. આવા ચેપી રોગો ફાટી નીકળતાં જ ચેતવું જરૂરી છે, જેથી રોગ વધુ ફેલાતો અટકાવી શકાય. ઘરમાં એક જણને થાય કે તરત જ બીજાએ રોગ સામે રક્ષણ લેવા પૂરતા ઉપાયો યોજી લેવા જોઇએ.

લક્ષણો :- પહેલાં તો બાળકને તાવ આવે છે, ત્યારે ઓરી નીકળશે એમ સમજ પડતી નથી. આ સાથે શરદી પણ બાળકને હોય છે. નાકમાંથી અને આંખમાંથી પાણી પડે છે. બાળકને છીંક આવે છે અને માબાપ એમ જ સમજે છે કે શરદીનો જ તાવ હશે. ઉધરસ સખત થાય છે, અવાજ બેસી જાય છે. મોઢાની અંદરની બાજુ લાલ થઇ જાય છે અને બાળકનું મોઢું આવી જાય છે. શરૂ-આતથી જ ગાલના અને હોઠના અંદરના ભાગ પર સહેજ ભૂરાશ પડતાં ધોળાં ટપકાં દેખાય છે, જે કાળજીવાળાં

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

માબાપો જોઈ શકે છે. ધીમે ધીમે આ ટપકાંઓ વધે છે. આ ટપકાંઓ એકદમ નાનાં હોય છે અને તાળવામાં આ ટપકાંઓ દેખાતાં નથી. આ દરદની શરૂઆતમાં ઘણી વખત માથાનો દુખાવો રહે છે, ઝાડા થાય છે, નસ્કોરી ફૂટે છે, અરૂચિ જણાય છે. બાળક બેચેન પડી રહે છે. કેટલીક વખત તાવ પહેલાં ચઢે છે પછી ઊતરી જાય છે અને પછી થોડા કલાક પછી પાછો ચઢી, છેક ઓરીના દાણા દેખાય ત્યાં સુધી રહે છે. ઘણું કરી ઓરીના દાણા ચોથે દિવસે દેખાય છે. ઝીણાં ઝીણાં ટપકાં પહેલે દિવસે દેખાય છે અને પછી આ ઝીણી ફોડલીઓ વધીને ધીમે ધીમે જોડાઇ જાય છે. ચામડી પર હાથ ફેરવવાથી ચામડી ખરબચડી લાગે છે. ઓરીના દાણા પહેલવહેલા કપાળ ઉપર દેખાય છે અને મોઢા પર પણ દેખાય છે. ચોવીસ કલાકમાં જ આ દાણાઓ આખા શરીર પર ઝડપથી પ્રસરી જાય છે. બાળકનું મોઢું એકદમ લાલ થઇ જાય છે, આંખો પણ એકદમ રાતી હોય છે. આંખમાંથી પાણી નીકળે છે અને ઉધરસ પણ સખત આવે છે. ઉધરસ ખાતાં પણ બાળકથી કેટલીક વખત રડી દેવાય છે.

કેટલીક વખત શરૂઆતથીજ બાળક નબળું પડતું જાય છે. જીભ સૂકી હોય છે. તાવ સખત ચઢી જાય છે અને નાડ ઉતાવળી ચાલતી હોય છે. બચ્ચું બેચેન પડયું રહે છે અને ઘેનમાં હોય એમ જણાય છે. આંચકીની તૈયારી હોય એવું લાગે છે. હાથ અને પગ તાવ હોવા

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

છતાં ઠંડા લાગે છે. આવી સ્થિતિમાં કેટલીક વાર દાણા દેખાયા પહેલા જ બાળક મૃત્યુના મુખમાં ઝડપાઈ જાય છે.

કારણો :- ખાસ કારણમાં તો જંતુઓથી જ આ રોગો ફેલાય છે. ખાસ જાતનાં જંતુઓમાંથી આ રોગ જન્મે છે અને પાણી, ખોરાક વગેરે મારફત ખૂબ જ ઝડપથી ફેલાઈ જાય છે.

ઉપચાર નં. ૧. આ રોગમાં પહેલું ધ્યાન રાખવું કે, દરદીની આંખ દરરોજ સવારસાંજ બે વખત ગરમ પાણીમાં, બોરીક પાવડર નાંખી તે વડે ધોવાય. આમાં બેકાળજી રહે તો દરદીની આંખને નુકસાન પહોંચે છે.

ઉપચાર નં. ૨. જો આંખમાં ખીલ નીકળે તો દરદીની આંખો રસકપૂરના પાણીથી ધોવી.

ઉપચાર નં. ૩. દરદીનું શરીર સ્વચ્છ રાખવું અને ગરમ પાણીમાં કપડું બોળી સહેજ વાર સુકાવા દઈ, ગરમ ન લાગે તેવું હોય ત્યારે, દરદીના શરીર પર ફેરવીને શરીર સાફ રાખવું. કપડું ખૂબ ધીમેથી ફેરવવું, જેથી ચામડીને ઈજા ન પહોંચે.

સૂચના :- દરદીને જુદા ઓરડામાં રાખવો. ઓરડો જેમ બને તેમ સ્વચ્છ રાખવો અને આજુબાજુ જંતુનાશક દવાઓ નાખી જંતુ દૂર રાખવા પ્રયત્ન કરવો. દૂધ, કાંજી એવા હલકા ખોરાક આપવા, તરસ લાગે તો જવનું પાણી ઉકાળીને ઠારીને આપવું. પાણી આપ્યા પછી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તરત જ ગરમ પાણીમાં બોરીક પાવડર નાખી, તે પાણીના કોગળા કરાવી નાખવા.

અછબડા

આ રોગ પણ ચેપી છે. અછબડા વખતે તાવ આવે છે. શરીર પર પાણીથી ભરેલા ફોલ્લા નીકળે છે અને તાવ પણ થોડો વખત રહે છે. પહેલા નીકળેલા દાણા નમી જઈ, પાછા નવા દાણા નીકળે છે.

લક્ષણો :- બેચેની જણાય છે, ટાઢ વાઇને તાવ આવે છે, માથું દુઃખે છે, કોઇ વખત ઊલટી થાય છે. આંચકી જેવાં પણ ચિન્હો કોઈ વખત માલુમ પડે છે, કોઈ વખત સખત તાવ ચડે છે અને દરદી ઘેનમાં પડી રહે છે, અને કોઈ વખત સાધારણ તાવ આવી. દાણા દેખાવા માંડે છે. આ દાણા ત્રણથી છ દિવસમાં સુકાઇ જાય છે. ચામડી ખેંચીએ તો દાણા દેખાતા નથી. મોઢા પર, માથા પર અને હાથ પગ પર ગોળ ગોળ ફોડલીઓ થાય છે. વાંસા પર ફોડલીઓ ગોળ નથી હોતી. પણ સહેજ લંબગોળ પડતી હોય છે. મોઢું તથા જીભ પણ ગોળ ફોલ્લીઓથી ભરાઈ જાય છે. થોડા વખતમાં ફોડલી ફાટી જાય છે અને ત્યાં ભીંગડા જેવું થઇ, તે ખરી પડે છે. આ દરદ આઠથી દશ દિવસમાં જ નરમ પડી જાય છે. ફોડલીઓ કોઇક જગ્યાએ ઓછી, તો કોઈક જગ્યાએ વધારે હોય છે. હાથ પગના તળિયામાં પણ કો'ક વખત દાણા નીકળે છે અને ત્યારે દરદ ભયંકર સ્વરૂપ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ધારણ કરે છે. કાંખમાં ઓળિંભાની ગાંઠ નીકળે છે, અને આ વખતે તાવ ન સહન થાય એટલો ચઢી જાય છે. જો ફોડલીઓ વધતી જ જાય અને સાથે તાવ પણ વધતો જ જાય તો સમજવું કે દરદે ભયંકર સ્વરૂપ પકડયું છે. આવે વખતે કાંખમાંની ગાંઠ પણ મોટી થાય છે. ઓરીની જેમ આ ફોડલીઓ હાથ લગાડતા લાગતી નથી.

કારણો :–આ દરદનું મુખ્ય કારણ તો ચેપ છે. ગંદકી, ખરાબ ખાણાં--પીણાં, ગમે તેવી જગ્યામાં રહેવા ફરવાથી આ રોગ જન્મે છે અને ચેપી હોવાથી જલદી જ પ્રસરી ચૂકે છે.

ઉપચાર નં. ૧. ચંદનનું તેલ તોલા ત્રણ જેટલું લઈ ધીમે ધીમે શરીર પર લગાડવું.

સૂચના :–બચ્ચાંને બીજાં બચ્ચાંઓથી દૂર રાખવું. અને સ્વચ્છ જગ્યામાં સુવડાવવું. ખંજવાળવા ન દેવું અને ચામડી ગરમ પાણીથી ધોયા પછી જ ચંદનનું તેલ લગાવવું.

વાઈ

અતિશય માનસિક શ્રમ અને શરીર પરના અતિરેક તથા અનિયમિતતાથી પરિણમતી જ્ઞાનતંતુની નબળાઈને પરિણામે મુખ્યત્વે ઉત્પન્ન થતો વાઈનો રોગ પુરૂષો કરતાં સ્રીઓ અને બાળકોમાં વધુ નજરે પડે છે. આ રોગ વારસાગત પણ હોય છે.

વાઈનાં ત્રણ ચિન્હો અને લક્ષણો :–વાઈનો હુમલો થાય ત્યારે રોગી બેશુદ્ધ બની જાય છે અને તે જુદી જુદી ત્રણ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

રીતે રોગની જાળમાં સપડાય છે. ઘણા લાંબા સમય સુધી શરીર બેભાન અવસ્થામાં રહે છે, એ એનું પ્રથમ ચિન્હ છે. બીજા ચિન્હમાં રોગી ભાન ભૂલી જઈ બેભાન અવસ્થા દરમ્યાન કોઈને મારી લે છે કે કપડાં ફાડી નાંખે છે. ત્રીજા ચિન્હમાં દરદી થોડી ક્ષણો બાદ શુદ્ધિમાં આવી જાય છે.

લક્ષણો :-આયુર્વેદે તેના મુખ્ય લક્ષણો પરથી તેના પાંચ વિભાગ પાડયા છે અને તેને વાત, પિત્ત અને કફના પ્રકોપના ક્રમ પ્રમાણે ગોઠવ્યા છે. સાધારણ રીતે આ પ્રકોપ જાણવો મુશ્કેલ થઇ પડતો હોવાથી આ સ્થળે આપણે તેના લક્ષણો અને લક્ષણો પ્રમાણે ઉપચાર જોઇશું.

(૧) ચેતવણી રૂપ વાઇ અથવા વાત અપસ્માર–Aura

આ વાઇને ચેતવણીરૂપ નામ આપવામાં આવ્યું છે કારણ કે વાઇ આવવા પહેલાં ઘણી વખત પેટમાં દુઃખવાની અથવા ઉલટી થવાની ભ્રાંતિ થાય છે. ઘણી વખત હૃદયના ધબકારાઓ વધી જાય છે અને હૃદય પર દબાણ થતું હોય તેવું લાગે છે. કોઇ વખતે તદ્દન શૂન્યાકાર શરીર જણાય છે. કોઇ વખત શરીરમાં કોઈ ટાંચણીઓ મારતું હોય તેવો ભાસ થાય છે. ઘણી વખત જાણે જીવ નીકળી જતો હોય તેવો ભાસ થાય છે, તો ઘણી વખત નજર અને મન સામે ભયનું સર્જન થતું હોય એમ લાગે છે.

(૨) પિત્ત અપસ્માર: Fit: રોગી મોટે ભાગે ચીસ પાડી જમીન પર ઢળી પડે છે. અને બેભાન અવસ્થામાં આવી જાય છે. રોગી બેભાન અવસ્થામાં જે તરફ વાઇનું વધારે જોર હોય તે તરફ માથું અને આંખો ઢાળી દે છે અને

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

હાથની મુઠ્ઠી સખત વાળે છે. પગ એકદમ કડક તથા લાબાં ખેંચે છે, અને તેની છાતીના પાટીયાં ભિંસાય છે. આ ભિંસને પરિણામે તેનો શ્વાસ રૂંધાય છે. આંખોની કીકી મોટી થઇ ગયેલી માલમ પડે છે અને તેનો ડોળો જાણે તદ્દન ખોટો પડી ગયેલો અને ખીલા જેવો જણાય છે. રોગી આ સ્થિતિમાં લગભગ પચાસથી સાઠ ક્ષણ સુધી રહે છે. આ ક્ષણે રોગનો ભોગ બનેલા માનવીનો ચહેરો તદ્દન ફરી જાય છે અને જીભ દાંતો વચ્ચે કચડાઇ ઘણી વખત તે પર બટકું ભરાઈ જાય છે અને મોઢું આખું લોહીથી ખરડાઇ જાય છે. તેનું મોઢું લગભગ જાંબુડા રંગનું બની જાય છે. બેભાન અવસ્થામાં ઘણું કરીને રોગી મળ અને ખાસ કરીને મૂત્ર પસાર કરે છે. રોગીની નાડી બે થી ત્રણ મિનિટ તો ચાલી જતી હોય અથવા ઘણી વખત ચાલી ગઇ હોય તેમ જણાય છે. નાડી સંબંધમાં લોકો ઘણી વખત ગંભીર ભૂલો કરે છે.

(૩) ત્રિદોષ અપસ્માર: Stage of coms: ઘણી વખત ઉપરની ચાઇમાંથી રોગી નિંદ્રાધીન બને છે અને તેમાંથીજ ફરી બીજો અને ત્રીજો હુમલો આવે છે, તથા કલાકો સુધી રોગી ભાનમાં આવતો નથી. આ જાતની ફીટમાં રોગી ઘણો અને પાતળો પેશાબ ફીટ પછી તુરતજ કરે છે. ઘણી વખત ફીટ દરમ્યાન તાવ પણ જણાય છે અને કેટલીક વખત તે મૃત્યુનો ભોગ પણ બને છે.

(૪) કફ અપસ્માર : Petif :malt રોગીને ફીટ આવ્યા વગર રોગીની આંખો ખીલા જેવી જડ બની જાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અને તે થોડો વખત સુધી અવાક બની જઇ શુધ્ધિમાં આવે છે.

(૫) આગન્તુક અપસ્માર Post Epilectic આમાં માણસ અજાણતા ગાંડા જેવું વર્તન કરે છે અને તેને તે સંબંધી કશીજ ખબર રહેતી નથી. આ પ્રમાણે ઉપરના પાંચ પ્રકારની વાઇની જાતોના ઉપચાર ક્રમવાર કારણો પછી આપ્યા છે.

કારણો :અતિશય માનસિક બોજાને પરિણામે જન્મ પામતી જ્ઞાનતંતુની નબળાઈ અને શારીરિક અતિરેકમાંથી સામાન્ય રીતે વાઈ જેવા રોગનો જન્મ થાય છે. મોટે ભાગે આ રોગ બાળકોમાં વધુ પ્રમાણમાં જોવામાં આવે છે. બાળકની દસ વર્ષની ઉંમર સુધીમાં આ રોગ પચીસ ટકા જેટલો વિકાસ સાધે છે અને તેની ઉંમર વીસ વર્ષની થાય ત્યાં સુધીમાં તો પંચોતેર ટકાની મર્યાદાએ તે પ્રસરી જાય છે.

પુખ્ત વયના લોકોમાં જ્યારે આ રોગ જોવામાં આવે છે ત્યારે મોટે ભાગે તે મગજના જ્ઞાનતંતુઓમાં રહી ગયેલા ચાંદી (Syphilis) ના જંતુઓમાંથી વિકાસ પામે છે અને ઘણી વખત દારૂ કે એવા પીણાંઓમાંથી નીપજે છે.

આ રોગ મહદ્અંશે વારસાગત જોવામાં આવે છે અને કોઇ કોઇને તો તેમાંથી હીસ્ટીરીયા, જ્ઞાનતંતુઓના રોગો વિગેરે અનેકવિધ રોગો પણ આવી પડે છે. મગજને અશાંત કરે તેવાં કારણો અથવા ભય અને તીવ્ર આઘાત

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

જનક સમાચાર કે માર લાગવાથી પણ આ રોગ થવાના દ્રષ્ટાંતો નોંધાયાં છે. આ રોગ પુરૂષો કરતાં સ્ત્રીઓમાં વધારે જોવામાં આવે છે સ્ત્રીઓમાં માસિકની અનિયમિતતા અથવા તેવાંજ કારણોથી આ રોગ જન્મે છે. એજ રીતે પુરૂષોમાં હસ્તદોષ અને ધાતુનો અતિરેક આ રોગને જન્માવવાના મૂળ સાધનરૂપ બને છે.

ઉપચાર નં. ૧. બધા પ્રકારોમાં રોગીને નિદ્રા અને મગજને આરામ મળે તેવા પ્રયોગો કરવા. મગજ પરના દબાણને દૂર કરવાં, તેની મરજી વિરૂધ્ધના તમામ તત્ત્વો દૂર કરવાં. આ ઉપચાર બધા પાંચે પ્રકારોમાં સામાન્ય છે. હવે લક્ષણોના ક્રમ પ્રમાણે ઉપચાર આપ્યા છે.

ઉપચાર નં. ૨. નવસાર તોલો એક, મરી તોલો એક, કાયફળ તોલો એક : ત્રણે સાથે મેળવી બારીક ચૂર્ણ કરી રાખી મુકવા અને પહેલા પ્રકારની જાતની ચેતવણી મળે કે તરત જ નાકથી સૂંઘવા માંડવું. તથા ગંધીલોવજ તોલો ૦।, શંખાવલી તોલો ૦। સવારસાંજ ગૌમૂત્ર સાથે બે માસ સુધી લેવાં. સૂતી વખતે હરડે તોલો ૦। ગરમ પાણી સાથે લેવાથી આરામ જણાશે.

ઉપચાર નં. ૩. અરીઠાંના બીજના ફોતરાં નંગ દસ અને પાણી તોલા અઢી સાથે ખુબ ચોળી એક બાટલીમાં ગાળીને ભરી રાખવું. ફીટ આવે ત્યારે નાકમાં એનાં બે થી ચાર ટીપાં નાંખવાં. તથા જદ્વાર ખતાઇ રતી ત્રણ, હીમેજ રતી પાંચ, ગૌદંતી રતી ચાર અને અક્કલકરો રતી છ સાથે મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત માખણ સાથે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ત્રણ માસ સુધી લેવું.

સૂચના:- આ પ્રયોગ દરમ્યાન તળેલા ખોરાકો લેવા નહિ.

ઉપચાર નં. ૪. પહેલા અને બીજા પ્રકારના ઉપચારો એક પછી એક સાથે કરવાથી આરામ થશે.

ઉપચાર નં. ૫. પ્રથમોપચારમાં બતાવેલ છીંકણી સુંઘાડવી અને લાંબો સમય સુધી તાજાં આંમળાં નંગ ચારનું દરરોજ સેવન કરાવવું. આઉપરાંત બદામ નંગ દસનું શરબત બનાવી ઉનાળા દરમ્યાન દરરોજ બપોરે આપવું અને હીમેજ તોલો ૦। ગરમ પાણી સાથે આપવી.

ઉપચાર નં. ૬. અરીઠાંનું પાણી નાકમાં નાખવું તથા અક્કલકરો રતિ ૭ અને જદ્વાર ખતાઇ રતિ બે સાથે મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત ગરમ પાણી સાથે આપવી.

સૂચના :- આ રોગીએ ખાટા અને ઠંડા ખોરાકો ખાવા નહિ.

સુકતાન RICKETS

રીકેટસ સુકતાન એ બાળકોનો રોગ છે. એને સુકતાન અથવા સુકગળુંને નામે ઓળખવામાં આવે છે. કેલ્શીયમની ખામીમાંથી આ રોગ જન્મે છે. સૂર્યના પ્રકાશનો અભાવ, અંધકારવાળા રહેઠાણનો વસવાટ ને દૂધની ખામીમાંથી આ રોગનો જન્મ થાય છે. કેલ્શીયમ એના કુદરતી સ્વરૂપમાં સૂર્યના પ્રકાશદ્વારા વિના મૂલ્યે મેળવી શકાય છે. તે સિવાય કેલ્શીયમ મેળવવા માટેના આયુર્વેદના સસ્તા ઔષધો પણ અહીં સૂચવવામાં આવ્યાં છે. રીકેટસનો રોગ મોટે ભાગે બાળકોને થાય છે. રોગનો હુમલો નાના

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

બાળકોના હાડકાંઓને વાળી નાની પ્રજીવક તત્ત્વની ખામી દ્વારા પાંડુ રોગ જેવા ભયંકર દર્દો તરફ દરદીને ઘસડી જાય છે. ઘણા લોકો આ રોગને કેવળ પ્રજીવક તત્ત્વ 'ડ'ની ખામી માને છે પણ ખરી રીતે જોતાં પ્રજીવક તત્ત્વ 'ડ'ની ખામી એ હકીકત હોવા છતાં પણ તેની સાથોસાથ જો કાંજીવાળા ખોરાકો એટલે CARBOHYDRITE વધારે લેવામાં આવે તો તેને લીધે શરીરમાં તેટલુંજ કેલ્શીયમ ન હોય એટલે શરીરનો બાંધો વધતો જાય અને કેલ્શીયમની ક્ષતિ રહેતી જાય. મોટા હાડકાંઓમાં ચૂનાના ફેરફારો થયા કરે અને હાડકું મજબૂત બનતું જાય પણ જો તેમ ન થઈ શકે તો આ ખામી આવીને ઉભી રહે અને પરિણામે હાડકાં નબળાં રહી જાય અને ઘણી વખત વાંકા પણ વળી જાય.

<u>લક્ષણો :-</u> આ રોગ ઘણી વખત વારસાગત આવતો હોવાથી બાળપણથીજ હાડકાંના ક્ષારની ખામી જણાય છે. પણ છ માસ પહેલાં કેવળ અસ્વસ્થતા અને રડવું એ બે લક્ષણો સિવાયના કોઈ લક્ષણો જાણી શકાતાં નથી. પણ રાતના સૂતા પછી બાળકને કપાળ પર પરસેવો થવો અને અંગ પરનું કપડું ઉરાડી દેવું એ એક એનું ચિન્હ છે. ઘણી વખત બાળકો જાડાં અને તંદુરસ્ત દેખાતાં હોવા છતાં પણ આ ક્ષતિ હાડકાંમાં હોય છે. બાળક જરા મોટું થતાંની સાથેજ દાંત આવવાની શરૂઆત થવી જોઈએ તે મોડી થાય એ એની બીજી નિશાની છે. આ ઉપરાંત હાડકાંના ભાગ આડાઅવળા વધતા દેખાય છે. ઘણી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વખત હાડકાં વળી જાય છે. ખાસ કરીને પગના હાડકાં તદ્દન બેડોળ બને છે, કોઇ વખત હાથનાં હાડકાં પણ થોડાં વળે છે. હાંસડી ઉપર આવેલી દેખાય છે અને બેસણીના હાડકાં ચપટાં થઇ જાય છે, ખોપરી ઘણી મોટી દેખાય છે તથા ઘણી વધારે આગળ પડતી અને અણી-દાર પણ જણાય છે. મોટે ભાગે આ ફેરફારો બાળક દોઢ વર્ષથી બે વર્ષનું થાય ત્યારે થઇ જાય છે. આમ થવાથી બાળકને પાંડુ રોગ તથા બરોળના રોગો થાય છે, માંસ પેશીઓ નબળી પડે છે અને કરોડરજ્જુ પણ વળી જઈ ઘણી વખત છાતી પર કુંઢ જેવો ભાગ નીકળે છે, પાચન-શકિત નબળી પડે છે, ઝાડા થાય છે અને મોટે ભાગે અતિસાર જેવા રોગો લાગુ પડે છે.

ઉપરાંત યકૃત ઉપર આવે છે, પેટનો મધ્ય પડદો વળેલો જેવો દેખાય છે અને બાળક લગભગ પરગજુ બને છે. શ્વાસોચ્છવાસની ક્રિયા પેટને કારણે ખરાબ બને છે. સસણી જેવા દર્દો દાખલ થાય છે અને ઘણી વખત ત્રિદોષ જ્વર એટલે ન્યુમોનીયા લાગુ પડે છે. ઘણી વખત શ્વાસ-નળીને સોજો ચઢે છે. ઘણી વખત બાળકને આંચકી આવે છે અને અનેક વખત રકતવાહિનીઓમાં દર્દ લાગુ પડી બાળકને લગભગ નિસ્તેજ બનાવે છે. બાળકને ઉભા થવામાં મુશ્કેલી પડે છે, ઘણી વખત હાથના ટેકાથી અને ઘણી વખત બીજાંઓની મદદથી તે પોતાનાં કામો કરે છે. દાંતમાં બેરી બેરી જેવું જણાવું, દાંતો પર સફેદ અને ગુલાબી ડાઘ પડવા, માથુ વધારે મોટું હોય

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તેવું દેખાવું, કાનની આસપાસનો ભાગ અને આંખો અંદર ઉંડી ઉતરી ગયેલી જણાવી, પગ વળી ગયેલા અથવા ન ચાલી શકાય તેવા લાગવા અને હાડકાંના માળખા જેવો બાળકનો દેખાવ એ આ રોગના નિદાન માટેની મુખ્ય નિશાની છે.

કારણો :- સૂર્યના તાપમાં ન ફરવાથી ચામડી નીચે રહેલા ચૂનાના ક્ષારોનું પરિવર્તન બંધ રહેવું, દૂધ ન લેવાથી, અંધકારવાળા સ્થળમાં રહેવાથી, હાડકાંને સંપૂર્ણ કસરત ન મળવાથી, શરીરમાં દૂધ અને ચૂનાના ખોરાકો લેવા છતાં પણ આંતરિક ક્રિયાઓનો પ્રવાહ ચૂનાને હાડકાં સુધી ન ખેંચી શકવાથી. વારસાગત પણ આ રોગ આવે છે.

ઉપચાર નં. ૧. આ રોગ દૂર રાખવાનો મુખ્ય ઈલાજ સારો ખોરાક, અને તડકો છે. બાળકને સારો 'પ્રોટીડ' અને ચરબીના યોગ્ય પ્રમાણવાળો ખોરાક આપવો, ખુલ્લી હવા, દરિયાની હવા, અને સૂર્યનો પ્રકાશ અત્યંત ઉપયોગી છે.

ઉપચાર નં. ૨. ઠંડા અથવા સહજ ઉના પાણીએ શરીરને સારી રીતે ચોળીને નવરાવવું અથવા દરિયામાં નવરાવવું.

ઉપચાર નં. ૩. શરીરે તેલ ચોળવું.

ઉપચાર નં. ૪. શરીરની ચંપી કરવી.

ઉપચાર નં. ૫. ગરમ કપડાં પહેરાવી રાખવાં.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઉપચાર નં. ૬. ઉલટી કે ઝાડા થાય તો તરત તેનો ઉપચાર કરવો.

ઉપચાર નં. ૭. દરદીના દૂધમાં ચુનાની આછ આપવી.

કમળો

કમળો બાળકોનું સામાન્ય દર્દ છે અને નવાં જન્મેલાં બચ્ચાંને પણ થાય છે. જન્મથી પણ આ દર્દ હોય છે અને જન્મ્યા પછી બીજે કે ત્રીજે દિવસથી પણ આ દર્દ થાય છે. આ દર્દ થયા પછી ધીમે ધીમે વધતું જ જાય છે. કમળામાં બે જાત હોય છે. એક તો સાદો કમળો અને બીજો ચેપી કમળો.

લક્ષણો :–સામાન્ય લક્ષણોમાં તો સાધારણ રીતે જન્મ પછી તરત જ કમળો દેખાય છે અને કોઈક વખત મોટી ઉંમર સુધી કમળો દેખાતો પણ નથી. જ્યારે કમળો ન દેખાય ત્યારે માણસ લાંબુ આયુષ્ય પણ વિના મુશ્કેલીએ ભોગવે છે. પણ છતાં યે એને કોઈક વખત કમળાના હુમલાના ભોગ બનવું પડે છે. તેને ઝીણો તાવ આવે છે, ઝાડા થાય છે, બેચેની રહે છે અને બીજાં અનેક ચિન્હો દેખાય છે. કલેજાનાં તથા બરોળના ભાગમાં પણ ધીમો દુખાવો રહે છે.

દરદીના શરીર પર પાંડુરોગ થયો હોય તેવાં ચિન્હો જણાય છે.

સાદા કમળાના લક્ષણો :–પહેલાં પહેલાં તો દરદી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અપચાની ફરિયાદ કરતો જણાય છે. પછી ધીમે ધીમે ચામડી, આંખ અને પેશાબમાં કમળો દેખાય છે; ઝાડો ફીકકો થાય છે, ભૂખ ઉડી જાય છે, તરસ વધારે લાગે છે, જીભ મેલી રહી વારે ઘડીયે સુકાઈ જાય છે. આ રોગ લાંબો વખત ચાલે તો બચ્ચું જડ બની જઈ આખો વખત ઊંઘ્યાજ કરે છે, પેશાબ થોડો અને ખાટો થઇ એનો રંગ બદલાયેલો હોય છે, શરૂઆતમાં થોડા દિવસ માથું દુખે છે, ઉલટી થાય છે અને મોળ આવે છે. શરીર સહેજ તપેલું રહે છે. યકૃત વધી જઇ દુખાવો થાય છે. મોટા માણસના કમળાથી બાળકોનો કમળો જુદો છે. બાળકને અંદરથી દુખાવો હોય ત્યારે તેની આંખમાથી એકદમ દડદડ આંસૂ નીકળી પડે એટલું રડે છે અને કેમે કર્યું શાંત પડતું જ નથી. માણસોના જેવી નાડીની મંદતા અને ઉલટી બાળકોના કમળામાં દેખાતા નથી. બાળક ખુબ રડે છે. આવી વખતે રોગ પારખવો મુશ્કેલ થઇ પડે છે. એના પેશાબ કે બીજાં બાહ્ય ચિન્હો પરથીજ આ રોગ પારખી શકાય છે

<u>ચેપી કમળાના લક્ષણો</u>:—આ રોગની શરૂઆતમાં માથું દુઃખે છે, ટાઢ વાય છે, હાથપગ સખત દુઃખે છે, તરસ લાગે છે, ઉંઘ ખૂબ આવે છે, બેચેની જણાય છે, ઉબકા આવે છે અને ઉલટી થાય છે તાવ ચઢવા માંડે છે. અને કેટલીક વખત એકસો ત્રણ ડીગ્રી સુધી પણ તાવ ચઢી જાય છે. યકૃત અને બરોળ વધેલા દેખાય છે, કલેજા અને પેટ પર અડવાથી દુઃખાવો

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

થાય છે, આલ્બ્યુમીન પેશાબમાં જતું લાગે છે. આ કમળો ચેપી હોઈ ઘરમાં ઘણા જણ આ રોગના ભોગ થઈ પડે છે. ચોળિયાનો સોજો આવેલો હોય છે. ઘણી વખત આ રોગ સાથે ન્યુમોનિયા, ક્ષય, સ્કાર્લેટ વીગેરે રોગો પણ હોય છે અને રોગ ભયંકર સ્વરૂપ પકડે છે.

__કારણો:-__ કેટલીક વખત આ રોગ વારસાગત આવે છે, ન પચે એવો ખોરાક આપવાથી, ઋતુના ફેરફારોથી, લોહીમાં પિત્ત મળવાથી, એકાએક બ્હી જવાથી, ન્યુમોનિયા અથવા ક્ષય કે બીજા ભયંકર રોગો સાથે પણ કમળો દેખાય છે.

__ઉપચાર નં. ૧.__ બાળકને પહેલાં સોનામુખી બે આની-ભાર, નસોતર એક આનીભાર, રેવંચી એક આનીભાર, હરડેની છાલ બે આનીભાર સરપંખો એક આનીભાર, પીપર એક આનીભાર, પાણી તોલા પાંચમાં ઉકાળી અરધું બાકી રહે ત્યારે ગાળી બે ભાગ કરી સવારસાંજ નિયમિત બે માસ સુધી આપવું. બાળક નાનું હોય તો આ દવા બે દિવસ ચલાવવી.

__સૂચના:__-ખોરાકમાં ઘી, તેલ, અને દુધની મલાઇ બંધ કરવા. બચ્ચાંને આરામ આપવો.

ગાલ પચોરિયાં

ગાલપચોરિયાંનો ઉપદ્રવ દરદીને તાવ આવીને એકદમ ફાટી નીકળે છે. આ દરદ ચેપી છે અને એમાં સંભાળ રાખવી જરૂરી છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

લક્ષણો:-શરૂઆતમાં દરદીના કાનમાં અને કાનના પાછલા ભાગમાં દુખાવો થાય છે, અને સુજી જાય છે, સહેજ તાવ રહે છે. દરદી દુખાવાને લીધે બેચેન બની જાય છે. ધીમે ધીમે ગાલ પર પણ સોજો દેખાય છે. મોઢું હલાવતાં પણ દુખાવો થાય છે. કોઇકને ગળું પણ આવી જાય છે, કોઇક વખત નાકમાંથી પણ સહેજ લોહી નીકળે છે. સુજી ગયેલા ભાગની ચામડી ફીક્કી લાગે છે, કોઈક વખત ડાબી બાજુએ સોજો હોય તો તે ઉતરીને બીજી બાજુએ થાય છે અથવા કોઇ વખતે બન્ને બાજુ સાથે જ ઝલાઇ જાય છે. કેટલીક વખત સોજો આખા મોઢા પર ફેલાઈ જાય છે અને દરદી તાવથી સમસમી રહે છે ત્યારે દરદ ભયંકર સ્વરૂપ ધારણ કરે છે. કેટલાકને આ રોગમાં જડબાં નીચેની ગાંઠ વધી જઇ ખૂબ જ દુખાવો થઇ દરદી બેચેન થઇ પડી રહે છે. કેટલાકને પેશાબમાં બગાડો થાય છે અને એને લગતાં દર્દ લાગુ પડે છે. છોકરીઓને પણ આ રોગમાં યોનિના રોગો લાગુ પડે છે.

કારણો:- ચેપ લાગવો એ મુખ્ય કારણ છે. જંતુઓ જલદી પ્રસરે છે. મોટાં બાળકો વધુ પ્રમાણમાં આ રોગના ભોગ થઈ પડે છે. ખૂબ ઠંડાં ખાણાં પીણાંથી પણ આ રોગ થાય છે. ચેપ જલદી ફેલાય છે અને ગંદકીમાંથી પણ આ રોગ જન્મ પામે છે.

ઉપચાર નં. ૧. એરંડીયાનો નાનો જુલાબ આપવો.

ઉપચાર નં. ૨. ધંતુરાના પાનનો શેક કરવો.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઉપચાર નં. ૩. ગરમ પાણીમાં ફટકડી અગર ત્રિફળાં નાંખી કોગળા કરાવવા.

ઉપચાર નં. ૪. સોજાવાળા ભાગ પર ગેરૂ ચોપડવું.

ઉપચાર નં. ૫. સોજાવાળા ભાગ પર કાળી મટોડીમાં મીઠું નાંખી ગરમ કરી ચોપડવું.

સુચના:- દરદીને આરામ આપવો, જુદો રાખવો અને હલકા ખોરાકો આપવા તેમજ ખટાશ બીલકુલ આપવી નહિ.

કંઠરોહિણી (Diphtheria)

કંઠરોહિણી-ડીપ્થેરિયાનો:-રોગ બાળકોને ગળામાં એટલો બધો ભયંકર થાય છે કે ગળાની અંદરનો કુમળો ભાગ સુજી જાય છે અને ગળું અને મોંનો આખો ભાગ સુજી જાય છે. આ રોગ મોટે ભાગે એક વર્ષથી છ વર્ષના બચ્ચાંને વધારે પડતો થાય છે. અને ચૌદ વર્ષ સુધી થતો જાણવામાં આવ્યો છે. આ રોગ ઘણો ચેપી હોઈ બહુ સખત રીતે બાળકોમાં પ્રસરી જાય છે અને તેને ત્રણ પ્રકારે ઓળખવામાં આવે છે. (૧) Acute. એટલે તીવ્ર (૨) Chronic એટલે સખત રીતે અને (૩) દુ:સાધ્ય એટલે Uncurable એમ ત્રણ રીતે જાણવામાં આવ્યો છે.

લક્ષણો:-Acute તીવ્ર રોગનું લક્ષણ:— શરૂઆતમાં બાળક ગળું દુખવાની ફરિયાદ કરે છે. ગળામાંથી કંઇ પણ જતું નથી. ૧૦૧° થી ૧૦૨° ડીગ્રી જેટલો તાવ રહે જ છે, નાડી ઘણી ઝડપી હોય છે, બાળક બેચેન પડી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

રહે છે, માથું દુઃખે છે, ગળાની અંદરનો ભાગ આખો લાલ અને સૂજી ગયેલો હોય છે, કાકડાઓ લાલ અને સૂજી ગયેલા દેખાય છે અને ચોળિયા પર ભૂરૂં પડ વળી ગયેલું હોય તેમ દેખાય છે. આવું એક પડ તાળવામાં પણ હોય છે. જડબાના મૂળમાં ગાંઠો થાય છે અને દુઃખે છે. આ રોગ જલદી સારો થાય છે. Chronic એટલે સખત રીતે થયેલા રોગનાં લક્ષણોઃ– ગળે કંઇ ઉતરતું નથી, માથું સખત દુઃખે છે. બાળક ફીકકું પડી જાય છે. તાવ સખત ચઢે છે અને વખતે ૧૦૩ ડીગ્રી સુધી પણ જાય છે. નાડી ખુબ ઝડપી ચાલે છે. નાકમાંથી વાસવાળું પાણી જેવું નીકળે છે અને શ્વાસ પણ વાસ મારે છે. કોઇક વખત ગળામાંથી અને નાકમાંથી લોહી પણ પડે છે. આ રોગનું ભયંકર સ્વરૂપ છે. જ્ઞાનતંતુવાહિની સૂજી જાય છે. પેશાબમાં એલ્બ્યુમીન પસાર થઇ દરદ સખત સ્વરૂપ પકડે છે.

Uncurable એટલે દુઃસાધ્ય રોગના લક્ષણોઃ– તાવ ખૂબ જ ચઢી જાય છે. બાળક એકદમ ફીકકું પડી જાય છે. નાકમાંથી અને ગળામાંથી લોહી પડે છે. બાળક નબળું પડી જાય છે. આખો ઉંડી ઉતરી ગયેલી જણાય છે. નાડી ઝડપી બને છે. નાકમાંથી ગંદુ પ્રવાહી નીકળી, આસપાસનો ભાગ ખવાઇ જઇને ખરી પડે છે. આ પ્રકાર ખૂબ ભયંકર છે. સનેપાતના લક્ષણો દેખાય છે અને બાળક મૃત્યુના મુખમાં જઇ પડે છે. કેટલીક વાર બાળકને સખત છીંકો આવે છે; નાક બંધ થઇ જાય છે અને

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અંદરથી પીળા રંગનું એટલે પરૂ જેવું પ્રવાહી નીકળે છે. સાથે નાકના ભાગમાંથી લોહી જેવું નીકળે છે અને ચાંદા પડે છે. આ સ્વરૂપ દુઃસાધ્ય છે અને એમાંથી બાળકને બચાવવું મુશ્કેલ થઇ પડે છે.

કારણો :- ગંદકીમાંથી, ઠંડા ખાણાં પીણાંમાંથી, શરદીમાંથી, ધુળમાંથી, પાળેલા જાનવરોથી આ રોગ ફેલાવાનો વધારે પડતો સંભવ છે. શરીરની નબળાઇ અને શરદી પણ આ રોગનાં કારણ બને છે. જ્ઞાનતંતુવાહિની તૂટી જાય ત્યારે પણ આ રોગ હુમલો કરે છે. બાળકનું ગળું નબળું હોય તો તેને આ રોગ જલદી જ થાય છે. દૂધમાંથી પણ આ રોગ જન્મે છે. આ રોગ ચેપી હોવાથી ચેપદ્વારા પણ એ ફેલાઇ જાય છે. ઘણી વખત હવામાનમાં ફૂંકાતા પવનમાંથી આ રોગ બાળકોના શ્વાસોચ્છવાસ દ્વારા શરીરમાં દાખલ થાય છે.

ઉપચાર નં. ૧. તીવ્ર હુમલાના ઉપચારઃ- મીઠાવાળા પાણીના કોગળા દિવસમાં પાંચથી છ વખત કરવા. ગળામાં ચંદનનું તેલ તોલા પાંચમાં હળદર તોલો એક નાંખી દિવસમાં છ વખત લગાડવું. બહારથી આકડાના પાનનો શેક કરવો. અને વાયુવરણાદીકવાથ પ્રવાહી ગ્રામ એકેક દિવસમાં ત્રણ વખત પીવડાવવો.

ઉપચાર નં. ૨. સખત હુમલાના ઉપચારઃ- ગળામાં લગાડવાના તથા કોગળા ઉપર પ્રમાણે જ કરવા અને શેક પણ ચાલુ રાખવો તથા રોગીને વાયુવરણાદીકવાથ સાથે ખદિરાદિ કવાથ મેળવી એકેક ચમચી દિવસમાં છ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વખત આપવી.

ઉપચાર નં. ૩. ત્રીજા દુઃસાધ્ય પ્રકારનો ઉપચાર પણ બીજા પ્રકારના રોગ પ્રમાણે કરવો.

સૂચના :- ખોરાકમાં દૂધ અને કાંજી સિવાય બીજું કંઇ આપવું નહિ.

બાળલકવા :(Poliomyelities)

પોલીયો-બાળલકવા નામનો રોગ હમણાં હમણાં એટલો બધો વ્યાપક બન્યો છે કે સારા તંદુરસ્ત બાળકો પણ આ રોગના ભોગ બનતા જોવામાં આવે છે. આ રોગ શરદીમાંથી મોટે ભાગે થાય છે અને જ્યારે શરદી શરીરના બીજા ભાગોમાં પ્રસરે છે ત્યારે બાળક ઉંચા તાવમાં બેભાન થઇ પડી રહે છે અને શરદી શરીરમાં વ્યાપક બની હાથપગમાં ઉતરે છે જેમાંથી બાળલકવા અગર poliomyelities થાય છે. આ રોગ અંગ્રેજી મત પ્રમાણે પણ પ્રવાહી જંતુ કે જેને શીંગડાના જંતુને નામે ઓળખવામાં આવે છે અને ખાસ પ્રકારના ઝેરી હવામાનમાંથી શ્વાસોચ્છવાસ દ્વારા તે શરીરમાં પ્રવેશે છે તેને કારણે થાય છે. મોટે ભાગે આ રોગ એકથી ચાર વર્ષના છોકરાંને વધારે પડતો થાય છે. ઘણી વખત મોટી ઉંમરનાઓને પણ આ રોગ થતો જાણવામાં આવ્યો આ રોગ ઓગસ્ટથી સપ્ટેમ્બર મહિનામાં વધારે ફાટી નીકળે છે અને ઉનાળો આ રોગ માટેનો મુખ્ય સમય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

<u>લક્ષણો</u> :–લક્ષણોમાં આ રોગના ત્રણ વિભાગો પાડવામાં આવ્યા છે.

First Stage એટલે પ્રથમ પંકિતનો, Second Stage એટલે બીજી પંકિતના કે જેને પિશાચી હુમલો કહેવામાં આવે છે, અને Third Stage કે જેમાંથી બાળક બાળલકવાનો ભોગ થઈ પડે છે તેને ત્રીજી પંકિતનો હુમલો કહેવામાં આવે છે.

પહેલાં શરૂઆતમાં એકથી ચાર અગર પાંચ દિવસ સુધી ૧૦૩° થી ૧૦૪° સુધી તાવ આવે છે અને એકાએક ત્રીજે દિવસે હાથપગ અથવા બેમાંનું એકાદ અંગ લકવાનું ભોગ બને છે. બાળક ઘેનમાં પડયું રહે છે, પગ પછાડે છે, ઉઠે છે ત્યારે રડે છે, શ્વાસ ઝડપી હોય છે, નાડ પણ ઝડપી હોય છે. શરીરની માંસ પેશીઓમાં આંચકાઓ લાગે છે, ભય લાગે છે, બિહામણા સ્વપ્ના આવે છે, માથું દુખે છે, પીઠમાં અને ગળામાં દુઃખાવો થાય છે, ઘણી વખત બાળકને ઉલટી થાય છે અને સખત બેચેની જણાય છે. ઘણા બાળકોને ચોવીસ કલાકમાં જ બાળલકવાનો હુમલો થાય છે. ઘણી વખત અમુક વિભાગો પછી પાછળથી બીજા વિભાગોમાં પણ આ રોગ પ્રસરે છે. કોઇ વખત એક હાથ અને એક પગ અને કોઇ વખત બન્ને અવયવો લકવાના ભોગ બને છે.

કારણો :– મોટે ભાગે આ રોગ હવામાનમાં ભળતા પાણીવાળા ઝેરી જંતુઓ દ્વારા શ્વાસોચ્છ્વાસ વાટે શરીરમાં પ્રવેશે છે. ખરાબ દૂધમાંથી, ખરાબ પાણીમાંથી, ગટરોમાંથી,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ખરાબ શાકભાજીમાંથી, બહારના ખરાબ ખાણાં પીણાંમાંથી આ રોગ થાય છે.

ઉપચાર. નં. ૧. ભીલામાં નંગ એક દૂધ તોલા પાંચમાં ઉકાળી ભીલામાને ફેંકી દેવો અને દૂધ પીવડાવી દેવું તથા વાયુવરણો એક આનીભાર, કાંચનાર એક આનીભાર, અક્કલકરો એક આનીભાર, ગોખરૂ એક આનીભાર, ચોપચીની એક આનીભાર, મેંદીના બીજ એક આનીભાર, કાળીજીરી એક આનીભાર, પાણી તોલા પાંચમાં ઉકાળી અરધું પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી બે ભાગ કરી સવાર-સાંજ નિયમિત એક મહીનો આપવાથી આરામ થશે; અને રાત્રે દરરોજ નાકમાં ચંદનના તેલ સાથે સરસીયું તેલ અરધોઅરધ મેળવી તેમાંથી બબ્બે ટીપાં બંન્ને બાજુ નાકમાં નાંખવા.

ઉપચાર નં. ૨. સાજીખાર એક આનીભાર, અશેરિયો, એક આનીભાર, કઠ એક આનીભાર, ચિત્રક એક આનીભાર, ભોરીંગમુળ એક આનીભાર, બધું સાથે મેળવી પાંચ તોલા પાણીમાં ઉકાળી-અરધું પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી સવાર સાંજ નિયમિત દોઢ માસ સુધી આપો તથા ઉપચાર નં. ૧ માં લખ્યા પ્રમાણે નાકમાં ટીપાં નાંખવા.

સૂચના:--કોઈ પણ ઠંડા ખોરાકો, ઠંડા પીણાં અને આઈસક્રીમ વગેરે આ રોગ દરમ્યાન અથવા આ રોગ ફાટી નીકળ્યો હોય ત્યારે કોઇ પણ બાળકને આપવા નહિં. આ રોગ ચાલતો હોય ત્યારે દરેક બાળકના કાકડા કઢાવી નાખવા હિતકર છે.

*

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સ્ત્રીઓનાં
દર્દો

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સ્ત્રીઓનાં દર્દો.

સ્ત્રીઓનાં દર્દો મોટે ભાગે ઘણા જુનાં અને અસાધ્ય બને ત્યારે તેના ઉપચાર કરવા તરફ સ્ત્રીઓનું ધ્યાન ખેંચાય છે. કૌમાર્યત્વનું જતન અને તેમાં રાખવા પડતા યમનિયમોની ખામીને કારણે મોટે ભાગે સ્ત્રીઓના રોગો જન્મે છે; અને જન્મ્યા પછી પણ ફાલીફૂલી શરીરમાં જ્યારે ઘર કરી બેસે છે ત્યારે જ તેના તરફ લક્ષ આપવામાં આવે છે. આવા રોગોમાં મુખ્યત્વે કમરનો દુ:ખાવો, પ્રદર, પાંડુ, મૂઢગર્ભ, હીસ્ટીરીયા અને પ્રસૂતિના રોગો હોય છે. સ્ત્રીઓનાં મોટા ભાગના રોગો ગર્ભાશયને લગતા હોય છે અને એ સિવાયના રોગો બીજા રોગોને સહજ સ્વભાવિક મળતા હોય છે એટલે આ જગ્યાએ આપણે સ્ત્રીઓને થતા ખાસ રોગો સંબંધીજ ચર્ચા તથા ઉપચાર સૂચવશું.

પ્રદર

રકત પ્રદર કે જેને Menorrhea ને નામે સંબોધવામાં આવે છે તે સબંધી પ્રથમ આપણે અહીં જોઈશું.

ખરી રીતે પ્રદરના પાંચ પ્રકાર આયુર્વેદે માન્યા છે પણ રકત પ્રદર સંબંધી ચર્ચા અહીં કરશું. રકતપ્રદર એટલે લાલ અને કાળાશ પડતા રંગનું લોહીનું વહેવું અને માસિક ધર્મ સિવાયના દિવસોમાં પણ તેનો અતિરેક રહેવો તેને રકત પ્રદરના નામે સંબોધવામાં આવે છે.

લક્ષણો :- કમરનો સખત દુ:ખાવો, માથાનો દુ:ખાવો,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

શરીર ફીકકું પડવું, હાથપગ ખેંચાવા, શરીરમાં બેચેની રહેવી, ક્યારેક ઉલટી જેવો ભાસ થવો, ચક્કર આવવા, સખત તરસ લાગવી, આંખે અંધારા વળવા અને દાહ થવો એટલી મુખ્ય નિશાની છે.

કારણો:– અતિ મૈથુન કરવાથી, અતિ પ્રસૂતિઓ, ગર્ભાશય આડું હોવું, ગર્ભાશય પર સખત દબાણ આવવું, બાળ લગ્ન, કજોડું, ગર્ભાશયમાં ગાંઠ થવી, ગર્ભાશયનો સોજો થવો, મળાશયમાં સોજો થવો, મૂત્રાશયમાં–સોજો થવો, પેશાબમાં ચેપી જંતુઓનું દાખલ થવું અને પ્રમેહ જેવા વિકારી રોગોમાંથી મુખ્ય-ત્વે આ રોગ થાય છે.

ઉપચાર નં. ૧. રોગીને બે તોલા ચણાની દાળમાં વીસ તોલા પાણી નાખી રાત્રે પલાળી રાખવું, તે પાણી સવારે પી જવું અને દાળ ખાઇ જવી; તથા લોદર એક આનીભાર, વાવડીંગ બે આનીભાર, ખસખસ એક આનીભાર, બિલીના પાન એક આનીભાર, પાણી તોલા દશ,–બધું સાથે ઊકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી બે ભાગ કરી સવારસાંજ નિયમિત ચાલીસ દિવસ આપવાથી આરામ થશે.

ઉપચાર નં ૨ ઉપર મુજબ ચણાની દાળનું પાણી ચાલુ રાખવું અને રસાંજન એકેક આનીભાર સવારસાંજ સાકરના પાણી સાથે એક માસ નિયમિત લેવું.

ઉપચાર નં ૩. ચણાની દાળનું પાણી ચાલુ રાખવું અને ચંદન એક આનીભાર, ગોખરૂ એક આનીભાર, જાસૂદ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

એક આનીભાર, શતાવરી એક આનીભાર, મેંદીના બીજ બે આનીભાર, જાવંત્રી એક આનીભાર, આસોપાલવની અંતર છાલ એક આનીભાર, પાણી તોલા દસ,-આ બધું સાથે ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી સવાર-સાંજ નિયમિત બે વખત દોઢ માસ સુધી આપવાથી આરામ થશે.

શ્વેત પ્રદર:–સ્ત્રીઓને ચેપી રોગ ગર્ભાશયમાં ક્ષત, ગર્ભાશયમાં સોજો, ગર્ભ નળીઓમાં સોજો, મૂત્રાશયના વરમ, ગર્ભાશયનાં વરમ, અતિ સુવાવડો, પાંડુ અને કમરના સોજાઓમાંથી આ રોગ ઘણી વખત ઉત્પન્ન થાય છે. આ રોગ સ્ત્રીઓમાં એટલો બધો વ્યાપક છે કે સેંકડે નેવું ટકા સ્ત્રીઓ આ રોગનો ભોગ બનેલી જ હોય છે. ઘણી વખત આ રોગ એટલો બધો વધારે થઈ પડે છે કે તેમાંથી ગર્ભાશયમાં નાની ગાંઠ થઈ ગર્ભાશયનું કેન્સર થવાનો સંભવ રહે છે.

લક્ષણો:–ઘણી વખત પીળાં વાસવાળાં પાણી અવારનવાર પડે છે અને અટકી જાય છે. ઘણી વખત સહેજ ઘાટા દહીં જેવાં અને ઘણી વખત ચોખાના ધોણ જેવા પાણી પડયા કરે છે. કમરનો દુ;ખાવો મોટે ભાગે આ રોગ દરમ્યાન હોય છે. બેસણીનું હાડકું પણ દુ:ખે છે, પેટના નિચેના ભાગમાં પણ ઝીણો દુ:ખાવો થાય છે, ઘણી વખત અવારનવાર પેશાબ થયા કરે છે, અને પેશાબ રોકી શકાતો નથી. ઘણી સ્ત્રીઓને સંભોગ દરમ્યાન સખત દુ:ખાવો હોવાની ફરિયાદ હોય છે અને

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આ સ્ત્રીઓ મોટે ભાગે નિઃસંતાન હોય છે. માથાનો દુઃખાવો, શરીર ફીકકું પડી જવું અને ખોટા ઓડકારો આવવા વગેરે લક્ષણો પણ ઘણા રોગીઓને હોય છે.

કારણો :– આ રોગ થવાનાં મુખ્ય કારણમાં પ્રમેહ જેવા ચેપી રોગો ભાગ ભજવે છે. આ રોગ બહારથી દેખાતો નથી છતાં અંદર દાખલ થઇ શ્વેત પ્રદર રૂપે બહાર પડે છે. ગર્ભાશયમાં સોજો બીજ નળીઓમાં સોજો, મૂત્રાશયમાં વરમ, ગર્ભાશયમાં ગાંઠ, ગર્ભાશયમાં ઝેરી જંતુઓનું દાખલ થવું અને ગર્ભાશયમાં ગુઢ માર લાગવો વીગેરે કારણોથી આ રોગ થાય છે. અતિસંભોગ, બાળલગ્ન, કજોડું, અતિ વૈતરૂં, વાસી ખોરાક અને અંધારી ઓરડી પણ આ રોગના કારણભૂત છે.

ઉપચાર નં. ૧. ઉલટકમળ બે આનીભાર, શતાવરી બે આનીભાર, ગોખરૂ બે આનીભાર, સુખડચંદન બે આનીભાર, વાવડીંગ ૦। તોલો, અશોકની અંતર છાલ બે આનીભાર, પાણી તોલા દશ,–આ બધું સાથે ઉકાળી-પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ બે માસ નિયમિત લેવાથી સખતમાં સખત પ્રકારનો પ્રદર દૂર થશે.

ઉપચાર નં. ૨. આમળાંનો તાજો રસ તોલા એક, મધ તોલા બે સાથે મેળવી સવારસાંજ એક માસ લેવાથી રોગ દૂર થાય છે.

ઉપચાર નં. ૩. નાગકેસર બે આનીભાર, જેઠીમધ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

બે આનીભાર, આમળાંની છાલ એક આનીભાર, ભોંય કોળું એક આનીભાર, રગત રોહીડાનું મૂળ એક આનીભાર, અશોકની અંતરછાલ બે આનીભાર, પાણી તોલા દસ, બધું સાથે ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાં ૦। તોલો શિલાજીત મેળવી બે ભાગ કરી સવારસાંજ બે માસ નિયમિત આપવાથી સખતમાં સખત પ્રકારનો કમરના દુઃખાવા સાથેનો પ્રદર મટી જશે.

ઉપચાર નં. ૪. ખડી સાકર ૦। તોલો, જીરૂં બે આનીભાર, બંન્ને સાથે મેળવી એક તોલા માખણ સાથે સવારસાંજ એક માસ લેવાથી શરૂઆતનો પ્રદર મટી જશે.

ઉપચાર નં. ૫. નાગકેસર બે આનીભાર, છાશ દસ તોલા સાથે મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત લેવાથી શરૂઆતનો પ્રદર આઠ દિવસમાં મટી જશે.

ઉપચાર નં. ૬. ચામડાંને બાળી નાંખી તેમાંથી અકેક રતિ સવારસાંજ અરધા અરધા તોલા માખણ સાથે ત્રણ દિવસ નિયમિત લેવાથી પ્રદરનો સખ્ત હુમલો દૂર થશે.

ઉપચાર નં. ૭. કમળકાકડી બે આનીભાર, નાગકેસર એક આનીભાર, જીરૂં એક આનીભાર, સાકર એક આનીભાર, માખણ તોલા એક સાથે મેળવી સવારસાંજ લેવાથી દોઢ માસમાં આરામ થશે.

ઉપચાર નં. ૮. અઘેડાના મૂળને બાળી તેની રાખ રતિ ચાર સાકરના પાણી સાથે સવારસાંજ ચોવીસ દિવસ સુધી લેવાથી રોગ દૂર થાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઉપચાર નં. ૯. લોદર બે આનીભાર, અઘેડો એક આનીભાર, ચંદન એક આનીભાર, ગોખરૂ એક આનીભાર, શતાવરી બે આનીભાર, જીરૂં બે આનીભાર, પાણી તોલા દસ,–બધું સાથે ઉકાળી પાંચ તોલા બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી બે માસ સુધી લેવું તથા ચંદ્રપ્રભા નં. ૧ બબ્બે ગોળી દિવસમાં ત્રણ વખત પાણી સાથે લેવી. બધા ઉપચારોમાં ચંદ્રપ્રભા સાથે આપવાથી વધારે ફાયદો થશે.

સોમરોગ

સોમરોગ પણ શ્વેતપ્રદર જેવો જ એક રોગ છે અને તેમાં પણ સ્રીને ગુપ્ત વિભાગમાંથી પ્રવાહી પાણી ઝરે છે, પણ શ્વેતપ્રદરમાં પાણી ગર્ભાશયમાંથી ઝરતું હોય છે જ્યારે સોમરોગમાં રોગ મૂત્રમાર્ગમાં અથવા મૂત્રનળીમાં હોય છે એટલે એ તફાવતને કારણે તદ્દન પ્રવાહી પાણી જેવાંજ પાણી ગુપ્ત વિભાગમાંથી પડતાં હોય છે.

લક્ષણો:–તાળવું સૂકાય છે, મુર્છા આવે છે, શરીરની ચામડી લુખી લુખી બને છે, ખોરાક ખાવા છતાં પણ સંપૂર્ણ તૃપ્તી થતી નથી, શરીર નિચોવાઈ જાય છે, અને સ્રી અતિ દૂર્બળ બની જાય છે.

કારણો:–અતિમૈથુન, શોક, ઝેરી પદાર્થ ખાવામાં આવે તો, ગાંડપણ અને મૂત્રાશયમાં સોજો એ મુખ્ય કારણ છે, ઘણા લોકો આને જળપ્રદરને નામે પણ ઓળખે છે.

ઉપચાર નં. ૧. કઠ એક આનીભાર, જેઠીમધ એક

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આનીભાર, ભોંયકોળું એક આનીભાર, ભોરીંગમૂળ બે આનીભાર, શતાવરી એક આનીભાર, પાણી તોલા દશ, આ બધું સાથે ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાં બે આનીભાર શિલાજીત મેળવી સવારસાંજ એમાંથી બે ભાગ કરી ૪૨ દિવસ સુધી આપવું.

ઉપચાર નં. ૨. આમળાંનો રસ તોલા એક, મધ તોલો એક, પાકું કેળું બે તોલા સાથે મેળવી સવારે નરણા ને રાત્રે સુતી વખતે ૪૦ દિવસ નિયમિત આપવાથી આ રોગ રદ્દ થાય છે.

સૂચના:- આ રોગ દરમ્યાન સંભોગ કરવો નહીં.

કમરનો દુઃખાવો

આ રોગ સ્ત્રીઓને બધાથી મોટા પ્રમાણમાં વ્યાપક રીતે હોય છે અને કારણોમાં એ રોગ પોતે હોવા કરતાં બીજા દર્દો હોય છે. મોટે ભાગે આ રોગ કન્યા ઋતુમાં આવે છે ત્યારથી ઘણાને શરૂ થાય છે અને બાકીનાઓને શ્વેતપ્રદર, સોમરોગ સ્તન-પ્રદેશના રોગો, અતિ સુવાવડો, રતવા, અશક્તિ વગેરેમાંથી જન્મે છે.

લક્ષણો:-કમરમાં સખત દુઃખાવો થાય છે, ઘણી વખત બેઠાં પછી ઉભા થવામાં દુઃખાવો થાય છે ને ઘણી વખત ચાલતાં સખત દુઃખે છે. કોઈ કોઇ રોગીઓ ચોવીસે કલાક આ દુઃખાવાની ફરિયાદ કરે છે. ઘણા રોગીઓને આ રોગ સાથે અતિમૂત્રતા, માથાનો દુઃખાવો પેઢુમાં દુઃખાવો, પગની કળતર અને પેઢુમાં ચસકા માર-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વાની ફરિયાદ હોય છે.

કારણો:- પ્રમેહ જેવા ચેપી રોગોમાંથી સર્વ પ્રથમ આ રોગ થાય છે. અતિ પ્રસુતિઓમાંથી આ રોગ વ્યાપક રીતે સ્ત્રીઓમાં આવે છે, ગર્ભાશયના વરમ, બીજનળીના સોજા અને ગર્ભાશયમાં થતા અન્ય દર્દોમાંથી પણ આ રોગને સ્થાન મળેજ છે. શ્વેતપ્રદર કે રકતપ્રદરમાંથી પણ આ રોગનો જન્મ થાય છે, ગર્ભાશય ઉલટું થવાથી આ રોગ માસિકને સમયે મુખ્યત્ત્વે જણાય છે; પાંડુ, મંદાગ્નિ અને કસુવાવડમાંથી આ રોગ હંમેશા થતો જોવામાં આવ્યો છે.

ઉપચાર નં. ૧. મેંદીના બીજ બે આનીભાર, ચોપચીની એક આનીભાર, ગોખરૂ એક આનીભાર, કમળકાકડી એક આનીભાર, અજમો ૦। તોલો, જીરૂં બે આનીભાર અને પાણી તોલા દશ આ બધું સાથે ઉકાળી પાંચ-તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાં બે આની-ભાર શિલાજીત મેળવી બે ભાગ કરી સવારસાંજ બે માસ આપવું.

ઉપચાર નં. ૨. નાગકેસર એક આનીભાર, મેંદીના બીજ એક આનીભાર, ચીમેડ એક આનીભાર, સાકર પા તોલો, ઘી અરધો તોલો બધું સાથે મેળવી સવારસાંજ નિયમિત લેવાથી પંદર દિવસમાં રોગ દૂર થાય છે.

ઉપચાર નં. ૩. સખત પાકાં કેળાં દિવસ દરમ્યાન છ ખાવા અને વાવડીંગ બે આનીભાર, પીપર એક આનીભાર સાથે મેળવી ગરમ પાણી સાથે સવારસાંજ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

લેવાથી બાવન દિવસમાં રોગ દૂર થાય છે.

ઉપચાર નં. ૪. અજમો, સૂંઠ અને કાળામરી ૦। ૦। તોલો લઇ તેની રાબ બનાવી સવારસાંજ લેવાથી આઠ દિવસમાં રોગ દૂર થાય છે.

ઋતુ દોષ

ઋતુદોષ એ સ્ત્રીઓના વ્યાધિઓમાં સૌથી અગત્યનો અને મુખ્ય વ્યાધિ તરીકે ઓળખાય છે. કારણ કે ઋતુએ સ્ત્રીની ગ્રંથિઓના ફેરફારો કરવામાં અને કુમારીમાંથી માતા બનવામાં મહત્ત્વનો ભાગ ભજવે છે. સ્ત્રીઓના ઋતુનાં દોષ તો અનેક પ્રકારના છે પણ આપણે આ જગ્યાએ મુખ્ય દોષો વિષે થોડું વર્ણન કરીશું.

સ્ત્રીના મુખ્ય દોષો ત્રણ પ્રકારના માનવામાં આવ્યા છે. (૧) અનાર્તવ. (૨) પીડિતાર્તવ. (૩) અન્યાર્તવ

આ ત્રણ પ્રકારમાં તેનાં અનેક પેટા પ્રકારો છે પણ એ અનેક પેટા પ્રકારોમાં મુખ્ય અને ઉપયોગી પેટા પ્રકારો છે તે સંબંધની ચર્ચા કરીશું.

૧) અનાર્તવના ત્રણ પ્રકારો.

(અ) અનાર્તવ. (બ) નષ્ટાર્તવ. (ક) ન્યુનાર્તવ.

(અ) અનાર્તવ–એટલે જેમાં ઋતુ બીલકુલ દેખાયું ન હોય તે.

(બ) નષ્ટાર્તવ–જેમાં ઋતુ થોડાઘણા માસ અથવા વર્ષ પછી દેખાતું બંધ થઇ જાય તે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(ક) ન્યુનાર્તવ-જેમાં ઋતુ દરમાસે નહીં દેખાતા વધારે મુદતે દેખાય છે અને ઘણા ઓછા પ્રમાણમાં દેખાય છે.

લક્ષણો :- (અ) અનાર્તવના લક્ષણો :- જે સ્ત્રીને ઋતુ બીલકુલ દેખાતું ન હોય, જેનું મોઢું પડી ગયેલું હોય, જેના મુખ પર કદી હાસ્ય દેખાય નહીં, ગર્ભ બીજનો અભાવ હોય, સ્તન પ્રદેશ અપ્રફુલ્લીત રહે, સંસારસુખની ઇચ્છા ભાગ્યે જ થાય અથવા નથી થતી, અવાજ ઘેરો હોય છે, દાઢી અને મુછ પર થોડા વાળ હોય છે, પ્રકૃત્તિ અવારનવાર બગડે છે, શરીર કૃશ થતું જાય છે, ભૂખ બરાબર લાગતી નથી, પેઢુમાં તથા પેટમાં દુઃખાવો થાય છે. ગુપ્ત ભાગમાં દાહ અથવા શૂળ જેવું થાય છે, કમરમાં પણ દુઃખાવો થાય છે, શરીર ધ્રજે છે, પગ અને સાથળ ભરાઇ ગયા જેવા લાગે છે, ગળાની આસપાસની ગ્રંથિઓ સૂજી જાય છે; કોઇ કોઇને દર માસે ઋતુના સમયે આવું થાય છે જ્યારે કોઇ કોઇને ચાલુજ આ પ્રમાણે રહ્યા કરે છે. ઘણી સ્ત્રીઓને ઉપરના ચિન્હો સાથે માથાનો દુઃખાવો પણ રહે છે, અજવાળાં સામું જોઇ શકાતું નથી, લમણાની રકતવાહિનીઓ ઉછળે છે, પડખામાં શુળ નીકળે છે. કોઇ કોઇને શ્વાસ ઉપડે છે અને ઘણી સ્ત્રીઓને તેમાંથી હીસ્ટીરીયા થઈ આવે છે. નાડી સખત ચાલે છે, તરસ બહુ લાગે છે, ચહેરો લાલ થઇ જાય છે અને કોઇ કોઇને સખત તાવ પણ આવે છે,

કારણો :- સ્ત્રી બીજનો તદ્દન અભાવ હોવો, સ્ત્રી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અંડનો અભાવ હોવો, ગર્ભાશયમાં ખામી હોવી, ગર્ભાશયના મુખ આગળ આડો પડદો હોવો. ગર્ભાશયનું મુખ સાંકડું હોવું. ઘણી વખત યેાનીદ્વારા યેાનીના પડથી બંધ થઇ જાય છે.

ઉપચાર નં. ૧. એળિયેા એકેક આનીભાર દિવસમાં ત્રણ વખત ગરમ પાણી સાથે લેવેા તથા પેટ પર કુંવાર બાંધવી અને ઉપરથી ગરમ પાણીનેા શેક આપવેા.

ઉપચાર નં ૨. અજમેા એક આનીભાર, કુંવાર બે આનીભાર, ઉલટકંબલ એક આનીભાર, અનંતમૂળ એક આનીભાર, વાયવરણેા બે આનીભાર, વાવડીંગ બે આનીભાર, પાણી તોલા ૧૦–આ બધું સાથે ઉકાળી–પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ નિયમિત બે માસ સુધી લેવું.

ઉપચાર નં. ૩. હીરબેાળ એક આનીભાર, એળિયેા ૦॥ આનીભાર, બંને સાથે મેળવી સવારસાંજ ગરમ પાણી સાથે ત્રણ માસ સુધી લેવું.

(બ) નષ્ટાર્તવનાં લક્ષણેા:- ઘણી વખત થેાડેા ઘણેા તાવ ચઢે છે, કોઈ વખત ગર્ભાશયમાં સેાજો પણ આવે છે, કેાઇ વખત ફેફસામાં-સેાજો આવે છે અને કોઈ વખત મગજમાં પણ સેાજો થાય છે, માથુ દુઃખે છે, પેડુમાં ચસકા નાખે છે, કમર ફાટે છે, દસ્તકબજીયાત રહે છે, આંચકી જેવા ચિન્હેા જણાય છે, આખું શરીર ઝલાઇ જાય છે, અનાજ ખાઈ શકાતું નથી. ઘણી સ્ત્રીઓને તેમાંથી પ્રદર પણ થાય છે અને કેાઇ કેાઇને બીજા મર્મ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સ્થાનોમાંથી લોહી પણ પડે છે. ઘણી સ્ત્રીઓને તેમાંથી હીસ્ટીરીયા પણ થઈ આવે છે. આખા શરીરમાં સરળ દુઃખાવો થઈ આવે છે.

કારણો:-સખત શરદી લાગવાથી, માનસિક ઉપાધિઓથી, મગજને એકાએક ધક્કો લાગવાથી, સખત તાવ આવવાથી, ખાટા અને નપચી શકે તેવા ખોરાકો ખાવાથી, માથે ઝાકળ પડવાથી અને સખત ઠંડે પાણીએ નહાવાથી. તથા ગર્ભઅંડના વ્યાધિઓથી.

ઉપચાર નં. ૧:-જાસુસ એક આનીભાર, ચિત્રક એક આનીભાર, બોડી અજમો એક આનીભાર, રગતરોહીડો બે આનીભાર, પાણી તોલા દસ, બધુ સાથે ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાંથી બે ભાગ કરી સવારસાંજ ૧૧૦ દિવસ સુધી નિયમિત લેવાથી રોગ દૂર થશે.

ઉપચાર નં. ૨. ગોખરૂ બે આનીભાર, ચોપચીની એક આનીભાર, અશોકની અંતરછાલ એક આનીભાર, લીમડાની અંતરછાલ આનીભાર, તગર એક આનીભાર, હીરા બોળ એક આનીભાર, પાણી તોલા ૧૦,-આ બધું સાથે ઉકાળી ૫ તોલા પાણી બાકી ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ નિયમિત સાડા ત્રણ માસ લેવાથી ફાયદો થશે.

(ક) ન્યુનાર્તવ લક્ષણો:- ઋતુની મુદતમાં ફેર પડે છે, કોઇ વખતે ઓછું દેખાય છે, કોઈ વખતે વધારે દેખાય છે, કોઈ વખત એક દિવસ પણ દેખાય છે,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અને ઘણી વખત એક વખતમાં દેખાઇને બંધ થઇ જાય છે કે જેમાં માત્ર નામનુંજ લોહી દેખાય છે. ઘણી વખત અનાર્તવ અને નષ્ટાર્તવના મિશ્ર કારણને લીધે પણ ન્યૂનાર્તવ થાય છે.

કારણો:- અનાર્તવ અને નષ્ટાર્તવના સાથે મળેલા કારણો, ગર્ભબીજની અને ગર્ભઅંડની ખામી.

ઉપચાર નં. ૧. દારૂ હળદળ એક આનીભાર, ખોડી અજમો એક આનીભાર, કુંવાર બે આનીભાર, ભોરીંગ-મૂળ એક આનીભાર, જીવક એક આનીભાર, પદ્મક એક આનીભાર, તુલસી બે આનીભાર, પાણી તોલા દસ,–આ બધું સાથે ઉકાળી, પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ ત્રણ માસ સુધી નિયમિત લેવું.

ઉપચાર નં. ૨. કાંસડો એક આનીભાર, અઘેડોકએ આનીભાર, કાંચનાર એક આનીભાર, મેથી એક આનીભાર, મોથ એક આનીભાર પૃષ્ટપર્ણી એક આનીભાર, પાણી તોલા દસ,–બધું સાથે ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ નિયમિત સાડાત્રણ માસ સુધી લેવાથી આરામ થશે.

ઋતુદોષ

પીડિતાર્તવ :- આર્તવના ત્રણ પ્રકારો વિષે આપણે લખી ગયા. તે ત્રણે પ્રકારો ઓછું આવતું માસિક અથવા બંધ માસિક સંબંધના હતા. હવે ઋતુદોષના બીજા

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પ્રકારો કે જે ખુબ ઉપયોગી છે તે સંબંધી વાત કરશું.

પીડિતાર્તવ એ ઋતુદોષનો બીજો પ્રકાર છે. પીડિતાર્તવના પણ ચાર પ્રકારો છે અને આ ચારે પ્રકારો ઉપયોગી હોઇ તેનું વર્ણન આપણે અહીં આપીએ છીએઃ-

<u>પ્રકારઃ-</u> (૧) શુદ્ધ પીડિતાર્તવ;
(૨) વરમ-જન્ય-પીડિતાર્તવ;
(૩) પ્રતિબંધજન્ય પીડિતાર્તવ;
(૪) નષ્ટ-ઋતુ પીડિતાર્તવ.

જે સ્ત્રી નાજુક પ્રકૃતિની હોય અને જેનાં લગ્ન વહેલી ઉંમરે થયાં હોય તે બંન્નેને શુદ્ધ પીડિતાર્તવ થવા સંભવ છે અને આ જાતની પીડા આર્તવમાં થાય તેને 'શુધ્ધ પીડિતાર્તવ' કહેવામાં આવેછે.

ગર્ભાશયમાં સોજો હોય અને તે સોજાને લઇને જેને પીડા થતી હોય તેને 'વરમ-જન્ય પીડિતાર્તવ' કહેવામાં આવે છે.

જે સ્ત્રીને ગર્ભાશયના મુખમાં કોઈપણ જાતનો પ્રતિબંધ હોય અને તેને કારણે માસિક આવવામાં પીડા થતી હોય તેને 'પ્રતિબંધજન્ય પીડિતાર્તવ' કહેવામાં આવે છે.

જેને માસિક જતું રહેવાનું હોય અને એ સમયમાં પીડા થઈ આર્તવ થાય તેને 'નષ્ટ-ઋતુ પીડિતાર્તવ' કહેવામાં આવે છે.

<u>'શુધ્ધ પીડિત -'વ'ના લક્ષણોઃ-</u> ઋતુ આવવાના સમયે કમરમાં સખત ચસકા નાખે છે, કેટલીક સ્ત્રીઓને માથું

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પણ સાથે દુઃખે છે, શરીરમાં ઊંડે ઊંડે કંઇક બેચેની દેખાય છે. દુઃખાવો કમરથી લઇ છેક જાંઘ સુધી થાય છે. થોડી થોડી વારે દુઃખાવો મટીને ફરી ઊપડે છે. કોઇને આ દુઃખાવો થોડા કલાક રહીને માસિક આવે છે, ત્યારે કોઇને એક બે દિવસ રહીને દુઃખે છે. ગર્ભઅંડમાં લોહીનો જમાવ થાય છે. ઘણાને ગર્ભાશયની આખી ખોલ બહાર નીકળી આવે છે, કમળનું મોઢું સૂજેલું અને પોચું દેખાય છે.

<u>કારણો</u>:- ગર્ભબીજમાં સોજો થાય છે. ગર્ભાશયના અંતર-પડમાં નાના નાના લોહીના ટુકડાઓ જામી જાય છે. જેને બાળકો ન થતાં હોય તેને થાય છે. ઘણી ચંચળ સ્વભાવ અને નબળા બાંધાની સ્ત્રીઓને ખાસ આ થાય છે.

<u>વિશિષ્ટતાઃ</u>- બધા પીડિતાર્તવમાં ગર્ભાશય તથા કમળમુખ આડાં, અવળાં તથા ઊંધા થઈ ગયાં હોય છે પણ શુદ્ધ પીડિતાર્તવમાં ગર્ભાશય તથા કમળમુખ અસલ સ્થિતિમાંજ હોય છે.

<u>ઉપચાર નં. ૧.</u> કમળકાંકરી બે આનીભાર; ઉલટકંબલ બે આનીભાર, નાગરમોથ એક આનીભાર, ખુરાસાની અજમો બે આનીભાર, તગર એક આનીભાર, અતિવષ ૦ાા આનીભાર, ખસખસ એક આનીભાર, પાણી દસ તોલા,-બધું પાણીમાં સાથે ઉકાળી પાંચ તોલા બાકી રહે ત્યારે ગાળી, તેમાંથી બે ભાગ કરી સવારસાંજ બે માસ નિયમિત આપવાથી રોગ દૂર થાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઉપચાર નં. ૨. હળદર બે આનીભાર, લેાદર એક આનીભાર, સરપંખેા એક આનીભાર, અઘેડેા એક આનીભાર, નાગકેસર બે આનીભાર, જટામાંસી અર્ધી આનીભાર, જાવંત્રી એક આનીભાર, પાણી દસ તેાલા,- બધું પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તેાલા બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેના બે ભાગ કરી સવારસાંજ બે માસ નિયમિત આપવાથી રેાગ નાશ પામે છે.

'વરમજન્ય પીડિતાર્તવ'નાં લક્ષણેા:- વધારે હૃષ્ટપુષ્ટ અને નાની ઉંમરની સ્ત્રીઓમાં આ વ્યાધિ વધારે હેાય છે. ગર્ભાશય અને ગર્ભ-અંડ સૂજેલાં હેાય છે. સ્તન દાબતાં દુઃખે છે. ઋતુસ્રાવ થયા પહેલાં એક-બે દિવસ પહેલાં દુઃખાવેા થાય છે. જે ઋતુસ્રાવ પછી પણ એક-બે દિવસ સુધી રહે છે. ઘણી વખત તાવ પણ ચડી આવે છે. પેઢુ અને કમરમાં ફાટ થાય છે, પેટમાં શુળ થાય છે.

કારણેા :-સુવારેાગ પછી સ્ત્રીને સખત શરદી, ખાસ કરીને કસુવાવડ થયેલી સ્ત્રીને સખત શરદી લાગવાથી આ રેાગ થઇ આવે છે. માનસિક ચિંતાથી કે મગજને ધક્કો લાગવાથી પણ આ રેાગ થઈ આવે છે. ગર્ભાશયમાં સેાજો થઈ ઘારણ પડેલાં હેાય છે. કમળમુખ ખુલ્લું હેાય છે. ઘણી વખત ગર્ભાશય આડું થવાથી પણ આ તકલીફ થાય છે.

ઉપચાર નં. ૧. કમર સુધી ગરમ પાણીના ટબમાં રેાગીને બેસાડવું તથા અફીણ અર્ધી રતિ અને જાવંત્રી બે રતિ સાથે મેળવી તેની ગેાળી બનાવી સવારસાંજ એક એક લેવી. આ ઉપચાર આઠ જ દિવસ ચાલુ રાખવેા.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઉપચાર નં. ૨. ખુરાશાની અજમો બે આનીભાર, ખસખસ એક આનીભાર, જાવંત્રી એક આનીભાર, હળદર એક આનીભાર, મેંદીના બીજ બે આનીભાર, ચોપચીની એક આનીભાર, પાણી દસ તોલા,–બધું પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તોલા બાકી રહે ત્યારે બે ભાગ કરી, સવારસાંજ બે માસ સુધી લેવા. તેમ કરવાથી રોગ નાબૂદ થાય છે.

'પ્રતિબંધજન્ય પીડિતાર્તવ'નાં લક્ષણો:–

પેઢુમાં અને કમરમાં સખત પીડા થાય છે, સાથળ ફાટે છે, ઘણી વખત તાવ પણ આવે છે, ઊલટી થાય છે અને ગર્ભાશયમાં સોજો પણ થઇ જાય છે.

કારણો:–ઋતુને બહાર આવવાના રસ્તામાં અટકાયતને કારણે ઋતુમાં પીડા થાય છે, કમળમુખનો અંદરનો રસ્તો સંકુચિત થઇ જાય છે, કોઇ કોઇ સ્ત્રીને ગુપ્ત વિભાગમાં પાક થયેલો હોય છે અને તે રૂઝાતા અંદરનો ભાગ સંકોચાઇ જાય છે.

ઉપચાર નં. ૧. ગરમ પાણીનો પેટ પર શેક કરવો તથા ભાંગ રતિ એક, જાવંત્રીં રતિ બે, અફીણ રતિ ૦ાા સાથે મેળવી તેની ગોળી બનાવી સવારસાંજ સાકરના પાણી સાથે આપો.

ઉપચાર નં ૨. લોદર એક આનીભાર, શાલીપર્ણી એક આનીભાર, ઉલટકમળ એક આનીભાર, જાવંત્રી એક આનીભાર, ખસખસ એક આનીભાર, શંખાવલી એક આનીભાર, પાણી તોલા ૧૦,–આ બધું સાથે ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, તેમાં બે આનીભાર,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

શિલાજીત નાંખી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ નિયમિત ત્રણ માસ સુધી લેવું.

ઉપચાર નં. ૩. ધતુરો રતિ ૦ાા, બેલાડોનાના પાન રતિ ૦ાા, ગોળ રતિ ૪, બધું સાથે મેળવી ગોળી બનાવો અને સવારસાંજ એકેક ગોળી આઠ દિવસ નિયમિત લેવાથી ફરીયાદમાં અવશ્ય ફેર થશે.

'નષ્ટકૃત પીડિતાર્તવ'નાં લક્ષણો:– આ રોગ દરમ્યાન રોગીને ચારપાંચ માસે એકાદ વખત માસિક આવી પાછું બંધ થઇ જાય છે. પેડુમાં, પેટમાં અને કમરમાં સખત પીડા થાય છે, હાથ પગ ખેંચાય છે, માથું દુ:ખે છે, કોઇ વખત તાવ આવે છે અને વાંસામાં પણ દુ:ખાવો ઘણી વખત થાય છે.

કારણો:– ઉંમરને કારણે અને બીજકોષ પાકી ગયા પછી હંમેશા માસિક જતું રહે છે.

ઉપચાર નં. ૧. વરિયાળી એક આનીભાર, કાળી દ્રાક્ષ એક આનીભાર, નાગકેસર એક આનીભાર, ખસખસ એક આનીભાર, સાકર બે તોલા, બધુ સાથે ઠંડા પાણીમાં ઘૂંટી, શરબત જેવું બનાવી દરરોજ સવારે પી જવું.

અત્યાર્તવ:–અત્યાર્તવનો રોગ સ્ત્રીઓનાં હાડમાંસ ચૂસી લઇ તેને હાડપીંજર જેવી બનાવી દે છે. આ રોગમાં સ્ત્રી ઘણા દિવસ સુધી માસિક ચાલુ રહેવાને કારણે તથા આર્તવ નદીના ધોધની જેમ વહેતું હોવાને કારણે–પણ અશકિત અનુભવે છે અને કંટાળી જાય છે. ઘણી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વખત માસિક આઠ, દશ, અને પંદર દિવસ સુધી પણ ચાલુ જ રહે છે અને ફરી પાછું મહિનો પૂરો થાય કે દેખાય છે.

લક્ષણો :–શરીર શિથિલ થઇ જાય છે, કોઇપણ જાતનો શ્રમ થઇ શકતો નથી, કમતાકાત સખત આવી જાય છે, પેડુમાં અને કમરમાં થોડું થોડું દુઃખે છે, ચહેરો ફીકકો પડી જાય છે, માથું દુઃખે છે, આંખે અંધારાં આવે છે, લમણાંની નસો ઠક ઠક થતી હોય તેમ લાગે છે, હરવા ફરવાની કે ઊઠવાની તાકાત રહેતી નથી, ઘણી વખત લોહીના ગળફાંને ગળફાં પડે છે અને કોઇ કોઇ વખત તો રોગી મૂર્છાવશ થઈ જાય છે, નાડી ઘણી જ ધીમી પડી જાય છે, કોઈ કોઇ રોગીના ચહેરા પર થોથર ચઢે છે, જઠરાગ્નિ મંદ થાય છે, ઝાડો બંધાઇ જાય છે, તૃષા સખત લાગે છે, પેડુ કમર અને સાથળમાં ફાટ થાય છે અને ગર્ભઅંડ પર હાથ લગાડતાં દુઃખાવો થાય છે.

કારણો :– આ રોગ બીજાં અનેક દર્દોમાંથી થાય છે. પાંડુરોગમાંથી આ રોગ ઘણી વખત થઇ જાય છે, યકૃતના રોગોમાંથી પણ આ રોગ થતો જાણવામાં આવ્યો છે, ફેફસાંનાં રોગોમાંથી પણ થાય છે, ગુદાના દરદમાંથી થાય છે, હૃદય રોગ અને તાવમાંથી પણ ઘણી વખત આ દરદ થતું જાણવામાં આવ્યું છે. નાજુક બાંધાની સ્ત્રીઓને ગરમીને કારણે પણ આ રોગ થાય છે, મસાલેદાર અને ગરમ ખોરાકો પણ આ રોગનું કારણ બની રહે છે, કમળમુખમાંથી ગાંઠ અથવા ગર્ભાશયની

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ગાંઠમાંથી પણ આ દરદ થાય છે. ગર્ભાશયમાં મસા અને ગ્રંથિ હોય તો પણ આ રોગ થતો જાણવામાં આવ્યો છે. ગર્ભાશયના સ્થળાંતરથી પણ આ રોગ થાય છે. ગર્ભ અંડ અને તેની આસપાસનાં અંગોમાં સોજો થવાથી પણ આ રોગ થાય છે, સુવાવડ અથવા કસુવાવડ પછી ઓરનો ભાગ રહી જવાથી પણ આ રોગ થાય છે, અત્યંત સંસારસુખ અને અસંતોષી સંસારસુખ આ રોગ માટેમાં મુખ્ય કારણો થઇ રહે છે, કસુવાવડમાં રહી ગયેલા બગાડથી પણ આ રોગ ઘણી વખત થતો જાણવામાં આવ્યો છે.

ઉપચાર નં. ૧.:–લોદર બે આનીભાર, ઉલટકમળ બે આનીભાર, નાગકેસર બે આનીભાર, નાગરમોથ બે આનીભાર, ચંદન એક આનીભાર, ચણાની દાળનું પલાળેલું પાણી તોલા દસમાં બધું મેળવી ઉકાળી, પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ બે માસ નિયમિત લેવાથી રોગ દૂર થશે.

ઉપચાર નં. ૨.:– રસાંજન અકેક આનીભાર, સવારસાંજ સાકરના પાણી સાથે લેવું તથા તગર એક આનીભાર, ગોખરૂ બે આનીભાર, પદ્મકાષ્ટ એક આનીભાર, ગળો એક આનીભાર, શતાવરી બે આનીભાર, પુષ્કર મૂળ એક આનીભાર, કચૂરો એક આનીભાર, પાણી તોલા ૧૦માં બધુ ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ઉતારી, ગાળી બે ભાગ કરી સવારસાંજ નિયમિત બે માસ લેવાથી ફાયદો થશે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સૂચના:- દરેક જાતના ઋતુદોષમાં ઋતુમતિએ ખાટાં તથા તીખાં ખોરાકો લેવાં નહી. કોઇ પણ પ્રસંગે દુ:ખાવામાં કોઇ પણ જાતનો પાણીનો શેક ઉપયોગી નીવડશે અને માસિક ઘણું વધારે પડતું આવતું હોય ત્યારે બરફની થેલીનો પેટ પર શેક ફાયદાકારક જણાશે. દરેક ઋતુરોગમાં ચંદ્રપ્રભા નામનું ઔષધ બબ્બે ગોળી દિવસમાં ત્રણ વખત પાણી સાથે લેવાથી ફાયદાકારક જણાશે.

બાલી જવું

બાલીજવું એને સ્ત્રીઓને થતા ખાસ રોગ તરીકે મહત્ત્વતા આપવામાં આવી છે, કારણ કે બાલી જવું એ રોગ સ્ત્રીઓની થોડી ઘણી બેકાળજી, વન્ધ્યા, અનાર્તવ, નષ્ટ ગર્ભીતવ્ય અને શ્રમ વગરની સ્ત્રીઓમાં વધી જતી ચરબી કે જે ચરબી ખાસ કરીને કેડના પાછળના ભાગમાં જાંઘ સુધી અતી જાડું થઇ જાય છે અને સાધારણ પેટ વધે છે તેને બાલી જવું કહે છે. મોટે ભાગે સ્ત્રીઓ બાળકોની પ્રસૂતિ બાદ ધાવણ મારફત આપવા જેવો ખોરાક ન આપતાં અને સાથોસાથ શરીર પરિશ્રમ ન વેઠતાં જ્યારે શરીરમાં એ બધાં તત્ત્વો રહી જઇ માંસ રૂપે એકઠાં થાય છે ત્યારે એ બધા માંસના લોચાઓ શરીરના કટિ પ્રદેશની આસપાસ એકઠાં થઇ કમરથી જાંઘ સુધી સ્ત્રીને બેડોળ કરી મૂકે છે.

લક્ષણો:-સ્ત્રીનું આખું શરીર જાડું બંબા જેવું બની જાય છે પણ કમરનો ભાગ અને પેટનો ભાગ ગોળમટોળ જેવો હોય છે અને વધારે પડતો જાડો હોય તેમ દેખાય છે, કબજીયાત રહે છે, માથામાં ફેર આવ્યા કરે છે,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

હાથપગ પર સોજો ચઢી આવતો હોય તેમ લાગે છે, કેટલીક સ્ત્રીઓને જાડાઇ ફક્ત કમર અને સાથળના ભાગમાં જ દેખાય છે, શરીરનાં મર્મસ્થાનો કમતાકાત બની જાય છે, હૃદયમાં અને લીવરમાં મુખ્યત્વે ચરબી જામે છે, હાંફ ચડે છે, નાડી ધીરી થાય છે, હાથપગમાં ઘણી વખત દાહ થવાની ફરિયાદ કરે છે, માસિક ઘણું ઓછું દેખાય છે અને ઘણી વખત દેખાતું જ નથી, કમતાકાત થાય છે, શરીર પોચું લોચા જેવું લાગે છે.

કારણો :–રજોદર્શન ઓછું આવવું એ મુખ્ય કારણ છે અને પરિશ્રમ નહીં કરવો એ બીજું મુખ્ય કારણ છે ગર્ભઅંડ બરાબર કામ કરી શકતું નથી, સુવારોગ અને કસુવાવડને લઇને પણ શરીર બાલી જાય છે, સાધારણ રીતે રોગ તરીકે ત્રીશ વર્ષની ઉમર પછી સ્ત્રીઓને આ રોગ દેખાય છે પણ જેને વન્ધ્યત્વનો રોગ સાથે હોય તે સ્ત્રી પહેલેથીજ ઘણી વખત બાલી જવા માંડે છે.

ઉપચાર નં. ૧. અઘેડો એક આનીભાર, હીરાબોળ એક આનીભાર, એળીયો એક આનીભાર, સોનામુખી એક આનીભાર, વાયુવરણો બે આનીભાર, અનંતમૂળ બે આનીભાર, જેઠીમધ એક આનીભાર, કાંચનાર એક આનીભાર, ચિત્રક બે આનીભાર, વાવડીંગ ૦। તોલો, પાણી તોલા ૧૦, આ બધું સાથે ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી, સવારસાંજ નિયમિત સાડાચાર માસ સુધી લેવાથી રોગ દૂર થશે.

ઉપચાર નં. ૨. સૂંઠ એક આનીભાર, ત્રિફળા ૦। તોલો

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ગુગળ બે આનીભાર, નાગરમોથ એક આનીભાર, ચિત્રક ૦ા તોલો, ત્રિકટુ બે આનીભાર, પીપર એક આનીભાર, મરી એક આનીભાર, નસોતર એક આનીભાર, પાણી તોલા ૧૦,–આ બધું સાથે ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાંથી બે ભાગ કરી સવારસાંજ નિયમિત ચાર માસ સુધી લેવાથી રોગ દૂર થશે.

સૂચના:– દરરોજ રાત્રે અરધો કલાક પેટ પર ગરમ પાણીનો શેક કરવો. દરરોજ સવારસાંજ એકેક માઇલ ફરવા જવું, પાણી ભરવું અને મજૂરીનું કામ કરવું. ચરબીવાળા ખોરાકો ખાવા નહી.

છોળ

ગર્ભ રહ્યા પછી થોડી ઘણી મુદત સુધી નિયમિત રીતે વૃદ્ધિ પામી પાછળથી વિકૃતી થવાને કારણે જેની વૃદ્ધિ થતી અટકી જાય છે તેવી ગર્ભની વિકૃતીને છોળને નામે ઓળખવામાં આવે છે. ગર્ભની વૃદ્ધિ થતી અટકયા પછી તેની આસપાસ માંસના જાળાં બંધાય છે જે ગર્ભને નિર્જીવ કરી નાંખી સૂકવી નાખે છે આ છોળ બે જાતના થાય છે. સાચો છોળ અને ખોટો છોળ.

(૧) સાચો છોળ :–ગર્ભાધાન થયા પછી ગર્ભ સુકાઇ જાય છે અને સૂકાઇ ગયા પછી તે ગળવા માંડે છે અને ઋતુસ્રાવ વખતે એકલો સ્રાવ પડે છે અને બીજું કંઇ પડેલું દેખાતું નથી પણ ખરી રીતે ગર્ભ પડી ગયેલો હોય છે પણ અંદરના પડો વૃદ્ધિ પામી અંદર જ રહી જાય છે જે છોળ જેવા લાગે છે તેજ સાચો છોળ હોય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ગર્ભના પડમાં લોહીનો જમાવ થાય છે. અને અંદર એકાદ રક્તવાહિની ફૂટે છે. એટલે ગર્ભનું પડ અને લોહી બંન્ને સાથે મળી ચોંટી જાય છે, ગર્ભના પડ ઉપર વિકૃત્તિઓ થઇ જાય છે અને તેની યોગ્ય વૃદ્ધિ થવાને બદલે દ્રાક્ષના લૂમખાની જેમ પ્રવાહીથી ભરેલી નાની રસોળી હોય તેમ જણાય છે.

(૨) ખોટો છોળઃ– ઘણી વખત પીડિતાર્તવવાળી સ્ત્રીઓને ઋતુ થોડા ઘણા દિવસ ચઢી જાય છે અને પાછળથી ગર્ભાશયની આકૃતિનો પાતળો પડ જેવો લોચો નીકળે છે જેને સ્ત્રી છોળ તરીકે અથવા કસુવાવડ તરીકે ઘણી વખત ઓળખે છે. ઘણી વખત યોનિમાર્ગમાંથી પણ એવાં લોચાઓ નીકળી જાય છે, ઘણી વખત ગર્ભાશયના સોજાને કારણે પણ લાંબા સમયે આવા લોચાઓ નીકળે છે અને ઘણી વખત અંદર જામી ગયેલા મસા ઋતુસ્રાવ વખતે નીકળે છે અને તેને ઘણી વખત સ્ત્રીઓ છોળ તરીકે ઓળખે છે અને આ જાતના છોળને સ્ત્રીઓ ખોટા છોળ તરીકે ઓળખે છે.

લક્ષણો :–શરૂઆતમાં ગર્ભાધાનના ચિન્હો જણાય છે, મોઢામાં થુંક આવે છે, સ્તનની ડીંટડીની આસપાસ કાળાશ દેખાય છે, સ્તન ભારે થઇ જાય છે, પહેલાં બે ત્રણ મહીના સુધી આ પ્રમાણે દેખાય છે અને પછી સ્તનની આસપાસની કાળાશ ઓછી થતી જાય છે, ભૂખ લાગતી નથી, અનાજ પચતું નથી, રોગી બેચેન રહે છે. પેટ વધીને ઉંચુ ચઢવું જોઈએ તેને બદલે આડું વધે છે,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પેટમાં ગર્ભ ફરતો નથી અને પેટમાં શીસું રેડયું હોય તેવો બોજો લાગે છે. ઘણી વખત બીજે કે ત્રીજે માસે પાણી પડવા શરૂ થાય છે, કોઇ વખત સાથે થોડું લોહી પણ પડે છે, એકાદ બે દહાડા આમ થયા પછી નાનો એકાદ લોહીનો લોચો બહાર પડી આવે છે અને ઘણી વખત સખત રકતસ્ત્રાવ થાય છે. પેટ કઠણ લાગવાને બદલે પોચું જણાય છે. ઘણી વખત બહુ રકત પડે છે અને તે ઘણું લોહી પડયા પછી થોડા મહિના સુધી માસિક દેખાતું નથી. કોઇ વખત છોળનો થોડો ભાગ રહી જવાથી પીડા થઇને માસિક આવે છે. ચહેરો ફીકકો રહ્યા કરે છે, ડુંટીના ભાગની નિચે ડાબી બાજુ પર ગાંઠ જેવું જણાય છે, મન ચિંતાતુર રહે છે અને મહિનો પૂરો થાય ત્યારે પેટ મોટું થાય છે.

<u>કારણો:-</u> પ્રદર, પ્રમેહ અને ઉપદંશ એ ત્રણે રોગો આ રોગ માટે મુખ્ય કારણભૂત છે. ઘણી વખત અંદર રકતવાહિની તૂટવાથી પણ આ રોગ થાય છે, કોઇ વખત પ્રસૂતિ પછી રહી ગયેલા ઓરના બગાડને કારણે આ રોગ થાય છે. કસુવાવડ એ રોગનું મુખ્ય કારણ છે.

<u>ઉપચાર નં. ૧.</u> પેટ પર કુંવારનું બંધાણ દરરોજ રાત્રે સુતી વખતે કરવું. તથા એળીયો બે આનીભાર, હીરાબોળ એક આનીભાર, દશમુલાદી કવાથ ૦ાા તોલો, ગુગળ બે આનીભાર, અજમો ૦ા તોલો, પાણી ૧૦ તોલા સાથે ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી બે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ભાગ કરી નિયમિત સવારસાંજ એક માસ સુધી લેવાથી રેાગ અદૃશ્ય થશે.

ઉપચાર નં. ૨. સુવા બે આનીભાર, અજમેા ૦। તેાલેા, ચિત્રક એક આનીભાર, સેાનામુખી બે આનીભાર, કાળીપાટ બે આનીભાર, કપાસના મૂળ બે આનીભાર, રગતરેાહીડેા એક આનીભાર, નસેાતર એક આનીભાર, પાણી તેાલા ૧૦,–બધું સાથે ઉકાળી પાંચ તેાલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી બે ભાગ કરી સવારસાંજ નિયમિત ચાલીસ દિવસ લેવાથી રેાગ દૂર થશે.

દરરેાજ રાત્રે ગી ંડેારાની ભાજીનું બંધાણ કરવું.

સુચના:– ઠંડા પીણાંએા અને ઠંડા ખેારાકેા ખાવા નહીં.

કસુવાવડ

ગર્ભાધાન પછી સાતમાં મહિના પહેલાં જે ગર્ભ નીકળી પડે તેને કસુવાવડને નામે એાળખાય છે. મેાટે ભાગે ત્રીજે કે ચેાથે મહિને કસુવાવડ થાય છે પણ ઘણી વખત પહેલે બીજે મહીને પણ થઇ જાય છે અને ઘણી વખત પાંચમે છઠ્ઠે મહીને થયાના દાખલાએા પણ નેાંધાયા છે. સુવાવડ કરતાં કસુવાવડેા ઘણી વધારે ખરાબ હેાય છે કારણ કે અધુરે મહીને પડેલેા ગર્ભ પેાતાનેા બગાડેા ગર્ભાશયમાં નાખી જાય છે અને પરીણામે અનેક પ્રકારના દર્દો મૂકી જાય છે. પાંચમા, છઠ્ઠા કે સાતમા મહીનાની કસુવાવડેા બીજા કે ત્રીજા મહીના કરતાં વધારે ભયંકર હેાય છે.

લક્ષણેા:– ઉલટી અને મેાળ ઘણા સખત આવે છે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પેટમાં દુ:ખાવો થાય છે, માસિકની જેમ લોહી વહેવા માંડે છે, બંન્ને પેડુ અને વાંસામાં ઝીણો ઝીણો દુ:ખાવો થાય છે અને સાથળ ફાટયા કરે છે. ઘણી વખત વેણ આવતી હોય તેવું લાગે છે. રક્તસ્રાવ ઘણો વધારે થાય છે, ગર્ભ જો બે થી ત્રણ મહીનાનો હોય તો તેનીક સુવાવડ વખતે પીડા ઓછી થાય છે અને રક્તસ્રાવ પણ પ્રમાણમાં ઓછો થાય છે પણ જો ગર્ભ પાંચમા કે છઠ્ઠા માસમાં હોય અને કસુવાવડ થાય તો સખત પીડા થાય છે, પેડુ અને કમરમાં ભયંકર દુ:ખાવો થાય છે. જાંઘ સખ્ત ફાટે છે, અવારનવાર ખોટી સંડાસ જવાની મરજી થાય છે, માથું દુ:ખે છે, ચક્કર આવે છે, ભૂખ લાગતી નથી, અરૂચિ જણાય છે, પગની પીંડીઓ તૂટે છે, હાથ-પગમાં દાહ થાય છે, સખત લોહી પડયા કરે છે; રક્તસ્રાવ ઘણા દિવસ ચાલે છે, મોઢું સૂકાય છે, સહેજ તાવ ચઢે છે અને ઘણી વખત રોગીનું શરીર પાણી પાણી થઈ જાય છે, હાથપગ ગળતા જાય છે, વારંવાર પેશાબ કરવો પડે છે, આંખે અંધારા આવે છે, જેમ જેમ ગર્ભ પડવાનો સમય આવતો જાય છે તેમ તેમ પીડા વધતી જાય છે, લોહી વધારે પડવા માંડે છે, ગર્ભાશયની ઉપરનો ભાગ કઠણ થતો જાય છે, ઘણી વખત વધારે પીડા સહીત ગર્ભ નીકળી જાય છે. અને ઘણી વખત ઓર સહીત ગર્ભ નીકળી જાય છે પણ કોઈ વખત ઓર પાછળ રહી જાય છે. મોટે ભાગે ગર્ભ મરી ગયા પછી કસુવાવડ થાય છે પણ કોઈ વખત સાધારણ જીવતો પણ બહાર આવી થોડીવારમાંજ મરી જાય છે,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કારણો:- જે કારણોથી ગર્ભાશયને ખૂબ પરીશ્રમ પડે તો કસુવાવડ થાય છે, જે કારણથી ગર્ભનું અંદરને અંદર મૃત્યુ થાય તે કારણ કસુવાવડમાં પરીણમે છે, અત્યંત આનંદ, એકાએક આવી પડેલા દુઃખને કારણે શોક, ગુસ્સો, સખત બીક, આકરા રેચ, મરડો, ઝાડા થવા, પેટમાં કૃમિ, પેટમાં દુઃખાવો, સુવાવડ પછી ગર્ભધાન વખતે આગલા બાળકને ધાવણ આપવામાં આવે તો, યકૃતના રોગો, બરોળના રોગો, ગર્ભાશયનું સ્થળાંતર થવાથી, ગર્ભાશય આડું થવાથી, અત્યંત મૈથુન કરવાથી, ઉપદંશના રોગોથી, પ્રમેહના રોગોથી, સખત તાવથી, માતાના રોગથી, કોલેરાથી, દોડવાથી, અર્ગટ, કવીનાઇન અથવા તો એવી ગરમ દવાઓ આપવાથી, અકસ્માત ઇજા થવાથી, સખ્ત મહેનત કરવાથી, કુદવાથી, પગ લપસી જવાથી, ગાડાનાં ખળભળાટ વાળી મુસાફરી કરવાથી, આંચકી થવાથી, હીસ્ટીરીયાથી, સીડી પરથી પડી જવાથી, પેટ પર માર લાગવાથી.

ઉપચાર નં. ૧. મજીઠ બે આનીભાર, અનંતમુળ બે આનીભાર, જેઠીમધ બે આનીભાર, દેવદાર બે આનીભાર, ચંદન બે આનીભાર, ચણીયાબોરની છાલ બે આનીભાર, કમળકાકડી બે આનીભાર, પાણી તોલા ૧૦માં ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી બે ભાગ કરી સવારસાંજ બે માસ નિયમિત આપવાથી આરામ થશે.

ઉપચાર નં. ૨. જો ઉપદંશના રોગથી કસુવાવડ થતી હોય તો ઉપરના ઉપચારમાં બબ્બે આનીભાર શિલાજીત

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઉકાળા સાથે મેળવી સવારસાંજ લેવું તથા ચંદનાદીવટી ગોળી એકેક દૂધની મલાઈ સાથે દિવસમાં ત્રણ વખત લેવી.

<u>ઉપચાર નં. ૩.</u> નાગકેસર એક આનીભાર, સાકર એક આનીભાર, માખણ બે તોલા દરરોજ સવારમાં સાથે મેળવી છ માસ સુધી નિયમિત લેવું. તથા રસવંતી એકેક આની-ભાર સવારસાંજ સાકરના પાણી સાથે નિયમિત લેતા રહેવું.

<u>સૂચના</u> :- ગરમ ખોરાકો ખાવા નહી, દોડવું નહીં, મહેનતની કસરત કરવી નહીં, ઘોડેસ્વારી કરવી નહીં; દૂધ, ઘી, અને તાજાં શાક ભાજી ખૂબ ખાવાં અને ચોકખી હવામાં રહેવું.

સુવારોગ

આયુર્વેદ સિદ્ધાંત પ્રમાણે સુવારોગ ૬૪ પ્રકારના છે પણ લગભગ બધાનાંજ ઉપચારો એક સરખા મળતા આવે તેવાં છે અને મુખ્યત્વે પ્રસૂતિ પછી ચઢતો તાવ અને તેવા થોડા લક્ષણો કે જે સાધારણ રીતે ઘણા જરૂરી છે તે સંબંધી હકીકતજ આપણે આ જગ્યાએ વર્ણવશું પ્રસૂતિ વખતે પ્રસૂતિની કોઇપણ વિકૃતિ ગર્ભાશયમાં રહી જાય અને તેને લીધે પ્રસૂતિ પછી જેટલા રોગ થાય છે તેને સુવારોગને નામે ઓળખવામાં આવે છે એટલે સુવારોગ મુખ્ય રોગ નથી પણ ગર્ભાશયની કેટલીક વિકૃત્તિઓનો સમુહ છે. ત્રણ પ્રકારના મુખ્ય સુવારોગો વિષે આપણે વર્ણન કરીએ. પહેલો વાત જન્ય, બીજો પિત્ત જન્ય, ત્રીજો ગર્ભાશયના ઉપાંગ વ્યાધિ જન્ય.

<u>લક્ષણોઃ-</u> મુખ્ય લક્ષણો તમામ પ્રકારમાં નીચે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

મુજબ હોય છે. મોટે ભાગે વાતજન્ય પ્રકારનાં ચિન્હો સ્ત્રીઓમાં વધારે મળી આવે છે. કોઈમાં દાહ, બળતરા વગેરે સાથે મળેલાં ચિન્હો હોય છે. કફજ ચિન્હો જીર્ણ સુવારોગમાં હોતા નથી એ મુખ્યત્વે ધ્યાન રાખવું; પણ સુવાલડમાં જ્યારે તાવ સાથે આવે છે ત્યારે કફજન્ય ચિન્હ મળી આવે છે ખરાં.

(૧) જીર્ણ સુવારોગનાં વાતજન્ય ચિન્હો: વખતોવખત પેટમાં દુઃખ્યા કરે છે, મોળ અને ઉછાળા સખત આવે છે, અનાજ પચતું નથી, પેટ ચઢેલું રહ્યા કરે છે અને શૂળ નીકળે છે અને પેટમાં ગડગડ ગડગડ એવો અવાજ થાય છે, કોઇ વખત ઝાડા થાય છે તો કોઇ વખત સખત કબજીયાત રહે છે અને ઘણી વખત તેમાંથી સંગ્રહણીનો રોગ પણ ધારણ કરે છે, આંખે અંધારાં આવે છે, માથું દુખ્યા કરે છે અને ભમે છે. શરીર સંપૂર્ણ અશક્ત બને છે અને ફિક્કું પડી જાય છે. ચહેરો ગમગીન જણાય છે અને ચિંતાયુક્ત દેખાય છે. ચહેરા ઉપર આંખની આસપાસ અને ગાલ પર ડાઘા પડે છે અને ઘણી વખત તેમાંથી હીસ્ટીરીયા જેવા રોગો પણ થાય છે.

(૨) પિત્તજન્ય પ્રકારનાં લક્ષણો: રોગીના હાથપગમાં બળતરા થાય છે, ઘણી વખત આંખોમાં અને પેશાબમાં પણ બળતરા થાય છે અને ઘણી વખત આખા શરીરે બળતરા થાય છે, મોઢુ આકું રહે છે, અવાળુ ચઢેલાં રહે છે, શરીર ફિક્કું પડી જાય છે, લોહીમાં રતાશ દેખાતી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

નથી, પેટમાં આગ જેવું જણાય છે, શરીર તૂટે છે અને પાણી પાણી થઇ જાય છે.

(૩) ગર્ભાશયનાં ઉપાંગ વ્યાધિનાં લક્ષણો:- ઉપરના બન્ને પ્રકારના લક્ષણો સાથે દેખાય છે જ અને પ્રદર દેખાય છે, પેટ ફૂલી જાય છે, ગર્ભાશયને ઠેકાણે ડાબા પેડુમાં ગાંઠ જેવું દેખાય છે. પુનઃ ગર્ભાધાન માટે ઘણો લાંબો સમય કાઢે છે અને મન ચિંતાયુક્ત રહ્યા કરે છે.

કારણો:- પ્રસૂતિમાં રહી ગયેલી ઓર મુખ્ય કારણ છે. પ્રસૂતિ સમયે રહી ગયેલા ગર્ભાશયના બીજા બગાડો, પ્રસૂતિનો ત્રાસ, ગર્ભાશયમાં ઇજા અને અપૂર્ણ સારવાર એ મુખ્ય કારણો છે.

ઉપચાર નં. ૧. દશમુલાદીકવાથ તોલા બે, પાણી તોલા ૧૦ સાથે ઉકાળી, પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ એક માસ સુધી નિયમિત આપવાથી આરામ થશે.

દશમુલાદીકવાથ:-બિલી તોલો ૧, શીવણ તોલો ૧, પાટલા તોલો એક (પાટલા ન હોય ત્યાં કાંકચ વાપરી શકાય), અરણી તોલો એક, ગોખરૂ તોલો એક, નાની ભોરીંગણી તોલો એક, મોટી ભોરીંગણી તોલો એક, મરાક તોલો એક, ગદ્ધીસમેરવો તોલો એક, મોટો સમેરવો તોલો એક, રાસ્ના તોલો એક, પીપર તોલો એક, કરિયાતું તોલો એક, મોથ તોલો એક, જવાસો તોલો એક,-બધું અધકચરૂં ખાંડી ઉકાળી નાંખવું.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

<u>ઉપચાર નં. ૨.</u> દેવદારવાદી ક્વાથ તોલા બે, પાણી તોલા વીસ, બન્ને સાથે ઉકાળી, પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ નિયમિત દોઢ માસ સુધી આપવાથી આરામ થશે.

<u>દેવદારવાદી ક્વાથનો પાક</u> :– દેવદાર બે તોલા, લીંડી પીપર એક તોલો, સૂંઠ બે તોલા, નાગરમોથ બે તોલા, જાયફળ બે તોલા, કરિયાતું બે તોલા, કોષ્ટ બે તોલા, કડું બે તોલા, ધાણા બે તોલા, ગજપીપર એક તોલો, હરડેની છાલ બે તોલા, ભોરીંગણી બે તોલા, ઊભી ભોરીંગણી બે તોલા, ગોખરૂ બે તોલા, અતિવિષ બે તોલા, ધમાસો બે તોલા, ગળો બે તોલા, બિલી બે તોલા, શાહજીરૂં બે તોલા, બધું સાથે મેળવી તેને અધકચરૂં કરી, ખાંડી, બાટલીમાં ભરો અને પાણીમાં ઉકાળો કર્યા પછી તેમાં ૦। તોલો સિંધાલૂણ અને એક આનીભાર હિંગ મેળવી સૂતિકારોગ વાળી સ્ત્રીને આપો.

<u>ઉપચાર નં. ૩.</u> ભારંગીનું મૂળ એક આનીભાર, સૂંઠ એક આનીભાર, લીંડી પીપર એક આનીભાર, સાથે મેળવી મધ સાથે આપો. આ પ્રયોગ દિવસમાં ત્રણ વખત ત્રણ માસ સુધી કરવો.

<u>સુચના</u> :–ખાટાં કોઇ પણ ખોરાક ખાવા નહીં તળેલા ખોરાકો ખાવા નહીં, ઠંડાં પાણીમાં ફરવું નહીં અને પેટ પર પાટો બાંધવો.

યોનિ રોગ

યોનિરોગ આયુર્વેદે ૨૦ પ્રકારના વર્ણવ્યા છે અને એ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

બધા પ્રકારો લાંબુ વર્ણન માંગી લે તેમ છે પણ આપણે અહીં યોનિરોગ સંબંધના બે ત્રણ મુખ્ય પ્રકારો સંબંધી સંપૂર્ણ વર્ણન કરશું અને બાકીના યોનિના કોઈપણ રોગ પર અમુક જાતનો ઉપચાર લાગુ પડે એવાં ઉપચારો સૂચવશું.

૧ યોનિશૂળ- યોનિશૂળમાં સ્ત્રીના ગુપ્ત વિભાગમાં શૂળ નીકળે છે અને ઘણી વખત અસહ્ય પીડા થાય છે. આ શૂળ યોનિની અંદરના ઊંડાણમાંથી નીકળે છે અને ખાસ કરીને ગર્ભાશયની આસપાસમાંથી આવે છે.

કારણો:- ગર્ભાશયની આસપાસનો સોજો, ગર્ભવાહિનીઓનો સોજો અને યોનિના મુખમાં સોજો થવાથી આમ થાય છે. 'એપેન્ડીક્ષ'ના રોગ દરમ્યાન સંભોગ, ગર્ભાશય આડું થઈ ગયું હોય ત્યારે અતિસંભોગ એ પણ આ રોગ માટેનાં કારણો છે.

ઉપચાર નં ૧ તગર એક તોલો, રીંગણી એક તોલો, સિંધાલૂણ એક તોલો, કોષ્ટ એક તોલો અને દેવદાર એક તોલો, એ બધાંને ખાંડી, દસ તોલા પાણીમાં એક રાત ભીંજાવી, એક રતલ તેલમાં નાંખવું અને પાણી બળી જાય ત્યાંસુધી ઉકાળવું. પછી એ તેલને ગાળી બાટલીમાં ભરી રાખવું અને જ્યારે શૂળ નીકળે ત્યારે તેમાં કાપુસ ભીંજવી યોનિના અંદરના ભાગમાં મૂકવું. તથા સૂંઠ રતિ એક, લીંડી પીપર રતિ એક, મરી રતિ એક, સાથે મેળવી મધમાં દિવસમાં ત્રણ વખત એક માસ સુધી ચાટવાં આપવું.

ઉપચાર ન. ૨. કાળા ધતુરાનાં પાંદડાં છ અને સિંધાલૂણ એક આનીભાર, સાથે ઘુંટી, તેને એક કપડામાં વીંટી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

યેાનિની અંદર મૂકવું તથા બિલીના પાન નંગ બે, કલેાજીરૂં એક આનીભાર નાંખી સવારસાંજ પાણી સાથે એક મહીનેા લેવાં.

(૨) યેાનિકંદ: આ રેાગ યેાનિની અંદર માંસનેા ગેાળેા, લેાહી, પરૂ ઈત્યાદિ એકઠાં થઇ થાય છે જેને ટ્યુમરને નામે એાળખવામાં આવે છે, તેને યેાનિકંદ કહેવાય છે.

લક્ષણેા:– સફેદ પાણી સખત પડે છે, ઘણી વખત પેડુમાં દુ:ખાવેા થાય છે, મહિનેા પૂરેા થાય ત્યારે માસિક એાછું અને પાણી વધારે પડે છે, ચહેરેા ફિક્કેા પડી જાય છે, કમરમાં દુ:ખાવેા થાય છે, અને રેાગી બેચેન રહે છે.

કારણેા:– અત્યંત ક્રેાધ કરવાથી, અતિ મૈથુનથી, યેાનિમાં કંઇ પણ લાગી જવાથી, દિવસે ઊંઘવાથી અને ગર્ભાશયના સેાજા વગેરે રેાગેામાંથી આ રેાગ ઉત્પન્ન થાય છે.

ઉપચાર નં. ૧. કડવા લીમડાના બીજને તેલમાં તળી, તેને તે જ તેલમાં ઘૂંટી નાખવી, અને તેમાં એક તેાલેા બીજમાં એક રતિ મેારથુથુ નાખી રેાગના ભાગ પર તેનેા લેપ કરવેા.

ઉપચાર નં. ૨. ગેરૂ તેાલેા ૧, આંબાની ગેાટલી તેાલેા ૦ાા, માયા ચૂર્ણ તેાલેા ૧, હળદર તેાલેા ૦ાા, બધું સાથે મેળવી ચણિયા બેાર જેવડી તેની ગેાળી મધમાં બનાવેા અને યેાનિમાં રાખેા.

(૩) યેાનિકંડુ અથવા યેાનિમાં થતી ખંજવાળ.

યેાનિનાં ઉપરનાં ભાગમાં સ્ત્રીને એવી સખત ખંજ-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વાળ આવે છે કે તેનાથી ખંજવાળ્યા સિવાય રહી શકાતું નથી અને પરિણામે તે ભાગ છોલાય છે અને સૂજી આવે છે. આ રોગ મૂળ રોગ નથી, પણ યોનિરોગનાં બીજા રોગોમાંથી આવતો એક રોગ છે.

લક્ષણો:—યોનિમાં સખત ખંજવાળ આવ્યા કરે છે, બળતરા થાય છે, સોજો થાય છે, ખંજવાળને કારણે નિદ્રા આવતી નથી અને કોઈ વખત થોડો તાવ પણ આવી જાય છે.

કારણો:—ઘણા તાકાતવાળા ખોરાકો પણ આ રોગનું એક કારણ છે, ઉપદંશથી પણ આ રોગ થાય છે. મૂત્ર-પીંડના રોગો, જઠરના રોગો અને યકૃતના રોગોને લઈને પણ ઘણી વખત આ રોગ થાય છે. ઘણી વખત તાવમાંથી પણ આ રોગ પરિણમે છે. માસિક બંધ થવા વખતે પણ કોઈ કોઈને આ રોગ થાય છે. લોહી બગ-ડવાથી પણ આ રોગ થયાની નોંધ લેવામાં આવી છે. ચામડીનાં રોગોમાંથી પણ આ રોગ ઉદ્‌ભવે છે. પસીના-માંથી પણ આ રોગ થાય છે. મૂત્રાશયના વરમ, યોનિ-માર્ગના વરમ અને યોનિમૂળના પણ વરમને કારણે આ રોગ થતો જાણવામાં આવ્યો છે. કોઈ વખત અર્શથી પણ આ રોગ થાય છે અને પ્રદર અને પ્રમેહથી પણ થતો જાણવામાં આવ્યો છે. ઘણી વખત મધુપ્રમેહમાંથી આ રોગ જોવામાં આવે છે.

ઉપચાર નં. ૧ ચંદનનું તેલ તોલો એક, શંખજીરૂં તોલા બે, કમળની પરાગ તોલો એક, કુવાડીઓ તોલો

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

એક, માખણ તોલા પાંચ,- બધું સાથે મેળવી તેનો મલમ બનાવી યોનિમાં લગાડવો અને લોહી સુધારવા માટે મહામંજીષ્ટાદીક્વાથ (પરિશિષ્ટમાં જોઈ લ્યો) એકેક ચમચી સવારસાંજ લેવો.

<u>યોનિરોગ વિષે સામાન્ય ઉપચારો:</u>- નીચે લખેલા ઔષધમાંથી કોઈ પણ ઔષધનો ૧ તોલો ઔષધ લઈ ૧૦ તોલા પાણીમાં ઉકાળી, પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, તેમાંથી બે ભાગ કરી સવાર સાંજ લેવા.

વડ, પીપળો, પીપળી, પારસપીપળો, અંબાડા, કદમ્બ, બોરડીની છાલ, જેઠીમધ, ધુપેળો, લોદર, અસાણા, નાદરૂખ, શીવણ, સાટોડી, કાંટાસારીયો, પહાડમૂળ અને મહુડો.

સ્તન રોગ

સ્તન રોગના પણ અનેક પ્રકાર છે, પણ આપણે અહીં સ્તનપાક વિષે અને દૂધ વિષે વિચાર કરીશું.

<u>(૧) સ્તનપાક:</u> સ્તન પર શરદી, ગરમી, વધારે ખેંચ-તાણ વગેરે થવાથી ઘણી વખત તે પાકી જાય છે.

<u>લક્ષણો:</u>- સ્તનમાં દુખાવો થાય છે, કઠણ થાય છે, વજનદાર થાય છે અને તેમાં ગાંઠ થઈ હોય તેમ માલૂમ પડે છે. ઘણી વખત તણાય છે, ફાટતું જણાય છે, અંદર તાણખ લાગે છે. પડખું ફેરવી શકાતું નથી, ઘણી વખત તેમાં પાક થાય છે, સૂજી આવે છે અને તેના પર રતાશ દેખાય છે. ઘણી વખત તાવ આવે છે અને ઘણી વખત ઠંડી લાગીને પણ તાવ આવે છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કારણો:- સ્તનની અંદરની ગ્રંથિ વિશેષ દબાય તો થાય છે, ઋતુસ્રાવ વખતે વિશેષ લોહી જમા થવાથી પણ એ રોગ થાય છે, તંગ ચોળી પહેરવાથી પણ થાય છે, સખત ઇજા થવાથી પણ થાય છે, પ્રસૂતા સ્ત્રીને અંદર દૂધ રહેવાથી પણ સ્તનનો પાક થાય છે. કોઇ વખત અંદરની રકતવાહિની તૂટે છે તો પણ આ રોગ થાય છે. ગ્રંથિઓમાં ઇજા અથવા ખોટા ફેરફારને કારણે પણ આ રોગ થાય છે. બાળકને એકાએક દૂધ મુકાવી દેવાથી પણ આ રોગ થાય છે.

ઉપચાર નં. ૧. દૂધ ભરાવાથી થયું હોય તો દૂધ કાઢી લેવું અને કાળીજીરી તથા સૂંઠનો લેપ કરી લગાડવો.

ઉપચાર નં. ૨. કડવી ઇંદ્રામણીનાં મૂળ અને હળદરનો લેપ કરવો.

દૂધના રોગ

કારણો: ખરાબ અન્ન ખાવાથી અને ખરાબ પીણાંઓ પીવાથી આ રોગ ઉત્પન્ન થાય છે.

ઉપચાર નં. ૧. પહાડમૂળ એક આનીભાર, મોરવેલ એક આનીભાર, દેવદાર એક આનીભાર, ઉપલસરી એક આનીભાર, ઇંદ્રજવ એક આનીભાર, તગર એક આનીભાર, પાણી તોલા દસ, આ બધું સાથે ઉકાળી, પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, તેમાંથી બે ભાગ કરી, તે જ પ્રમાણે આઠ દિવસ નિયમિત આપવું.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ધાવણ વધારવાના ઉપાય

(૧) ખોપરૂં અને સાકર ખૂબ ખાવા.

(૨) વિદારીકંદ એક આનીભાર, ૦। શેર દૂધ સાથે સવારસાંજ દરરોજ લેવું

(૩) ૦। શેર દૂધમાં અરધો તોલો અશોળીયો નાખી તેની ખીર કરી, સવારસાંજ લેવું.

(૪) આસોંદ એક આનીભાર, જેઠીમધ એક આનીભાર, અરધો તોલો ગાયના ઘી સાથે સવારસાંજ પંદર દિવસ લેવાથી દૂધ વધે છે.

(૫) શતાવરીના મૂળ બે આનીભાર ૦। શેર દૂધમાં ઉકાળી પીવાથી દૂધ વધે છે.

હીસ્ટીરીયા

હીસ્ટીરીયા એ માનસિક રોગ છે અને સ્ત્રીઓમાં અતિ વ્યાપક પ્રમાણમાં એ રોગ આપણે ત્યાં હિંદુસ્તાનમાં, દેખાવ દઇ રહ્યો છે. એટલે માનસિક રોગો, તેના પ્રકારો, તે થવાનાં કારણો વગેરેની ચર્ચા અહીં કરવામાં આવી છે. માનસિક દર્દને માટે ઓળખાતો એ રોગ જ્ઞાનતંતુ-ઓની નબળાઇને વિશેષ આભારી હોય છે. હીસ્ટીરીયાનો રોગ આજથી ૨૬૦૦ વર્ષો પૂર્વેના લોકોએ જાણ્યો હતો અને તેને અપતંત્રકના નામે સંબોધ્યો હતો. એ જાણનારા મહર્ષિ પ્રથમ આત્રેય હતા, કે જેમણે અપતંત્રક રોગને જગત સમક્ષ તેનાં ચિન્હો સહિત રજુ કર્યો. ત્યારબાદ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

એના સંબંધના ઘણાએ લેખો વાગ્ભટમાં જોવામાં આવે છે.

વાગ્ભટે આ બીમારીને વાતવ્યાધિમાં ગણ્યો છે અને તેના કારણમાં જણાવ્યું છે કે માનસિક પીડાઓથી હૃદયમાં થતી પીડાને કારણે માણસના મગજના જ્ઞાનતંતુઓમાં કાયમનું દરદ ભર્યા સિવાય જે દરદ થાય છે તેને અપતંત્રકને નામે ઓળખવામાં આવે છે અને તે કાયમી ન હોવાને કારણે તેને માનસિક ન હોવા છતાં એને વાતવ્યાધિમાં મૂકવામાં આવ્યો છે. કારણ કે માનસિક બીમારી વાતવ્યાધિમાંથી જન્મે છે.

આત્રેય મહર્ષિએ આ રોગને અપતંત્રક વાયુના નામથી ઓળખ્યો છે અને તેનાં ચિન્હોનીચે પ્રમાણે જણાવ્યા છે.

આ દરદના રોગીનું શરીર ધનુષ્યની પેઠે નમી જાય છે અને વારંવાર ખેંચાય છે. આંખોમાં પાણી ભરાઇ જાય છે અને જડ જેવી થઈ જાય છે. ગળામાં હોલાની પેઠે અવાજ આવે છે, એ આ રોગનાં મુખ્ય લક્ષણો છે.

આ રોગને પ્રહવપતાનકના નામથી પણ ઓળખાવામાં આવે છે. ચરક, સુશ્રુતમાં પણ લગભગ આ સંબંધી ઉપર પ્રમાણેજ ઉલ્લેખો છે. પણ તેઓ વધારામાં એમ માને છે કે જ્યારે મન પર સખત દબાણ આવે, અથવા કોઇ ઓચિંતો ફટકો પડી જાય, કે જેનું મન સાક્ષી અને, અથવા માનસિક ચિંતાથી માનવી ઘેરાઇ જાય અને તે કારણે હૃદય બળ નબળું પડી જાય ત્યારે આ રોગ જન્મે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

છે. અને તેથી જ તેને માનસિક રોગના નામે ઓળખવામાં આવે છે. વિદેશીઓ પણ આ રોગને રક્તવાહિનીઓનું માનસિક દરદ માને છે. અને તેને 'સાઈકોનીરોસીસ' psychoneuroses ના દરદોમાંનું એક દરદ હોય એમ માને છે.

ખરી રીતે હીસ્ટીરીયા એટલે મન કાબૂની બહાર રહે અને છતાં પણ બુધ્ધિમ-તમાં ફેર ન પડે. મગજના જ્ઞાનતંતુઓ સાથે એને ખૂબ લાગતું વળગતું હોવા છતાં એ મગજ કે કરોડ રજ્જૂના તાત્વિક એક પણ અણુને અસર નથી કરતું.

સામાજિક જીવનમાં આ દરદ સ્ત્રીઓમાં વધારેમાંવધારે જોવામાં આવે છે, છતાંએ તે કેવળ સ્ત્રીઓ પૂરતું જ દરદ નથી પણ ઘણી વખત પુરૂષોને પણ થાય છે. પણ આ રોગનો ભોગ થનારા પુરૂષોનું પ્રમાણ ઘણું જ ઓછું છે.

<u>લક્ષણો:-</u> ઘણી વખત હીસ્ટીરીયા સાથે વાઇ અને એવા બીજાં અનેક માનસિક દરદો જોડાયેલાં હોય છે. આ સંજોગોમાં હીસ્ટીરીયાનું નિદાન કરવું એ ઘણા ભૂલાવામાં નાખી દે છે. અને તે કારણે નિદાન ન મળે તો ચિકિત્સા નિષ્ફળ જ જાય છે. હીસ્ટીરીયાને કારણે મુખ્ય પાંચ ભાગો પર અને એ ભાગોના જુદા જુદા વિભાગો પર તેની જુદી જુદી અસર થાય છે. માનસિક બોજાથી અથવા આઘાત લાગવાથી થાય તે પહેલો વિભાગ માનસિક ઇન્દ્રિય વ્યાપારનો છે. એ છે લાગણી વિભાગ. આપણી લાગણી ઉપર તેની પાંચ રીતે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

જુદી જુદી અસર પડે છે. હીસ્ટીરીયા દરમ્યાન શરીરની ઇન્દ્રિયોની જાગૃત શકિતનો અમુક જગ્યાએ નાશ થાય છે એટલે એ વિભાગની લાગણીઓ દરદ દરમ્યાન તદ્દન બેશુદ્ધ બને છે. ઘણી વખત આખા શરીરની લાગણીઓ નાશ પમતાં, થોડી પળો સુધી, શરીરની શુદ્ધિ કોઇ વાર થોડા કલાકો સુધી અને કોઈવાર દિવસો સુધી પણ નાશ પામેલી જોવામાં આવે છે. ઘણી વખત શરીરના એકાદ પગ, અથવા હાથ અથવા પડખું પોતાની લાગણીઓ ખોઇ બેસે છે.

આંતરિક લાગણીઓનો વ્યાપાર બંધ પડે છે અને ચામડી પર બહેરાશ આવી ચામડી તદ્દન ખોટી પડે છે. માંસપેશીઓ પોતાનો લાગણીવ્યવ્હાર છોડી દઈ તદ્દન નિર્જીવ બને છે.

બાદી અને પવન જેવાં દરદોની મદદથી માણસ સાનભાન ભૂલી જઇ બહારથી બેશુધ્ધ હાલત અને આંતરિક વ્યવ્હાર સાથે સચેત રહે છે.

કરોડરજ્જુના વિભાગો પોતાની લાગણીની સંજ્ઞા છોડી દઈ આખા શરીરને લાગણીહિન બનાવી મૃયપ્રાતઃ જેવું બનાવી મૂકે છે. સાથે સાથે મગજનાં જ્ઞાનતંતુઓ સાથે તે સંકળાયેલું હોઈ તેના પર મુખ્ય અસર થાય છે. ગર્ભાશયના જ્ઞાનતંતુઓ પર પણ જ્યારે વધારે તાત્વિક અથવા તો ઝેરી જંતુઓની અથવા તો ઇજા પામવા જેવી અસર થાય ત્યારે જનનેન્દ્રિય ઉપર અસર થઇ તેની અસર ઇન્દ્રિયો દ્વારા કરોડરજ્જુને પહોંચે છે અને તેમાંથી બેશુદ્ધિ આવી શારીરિક લાગણી-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઓનો નાશ થાય છે તેથી તેને કરોડરજ્જુ વિભાગ સાથે લેવામાં આવ્યું છે.

બીજો વિભાગ મુખ્ય ચૈતન્ય ઇન્દ્રિયો પર અસર કરનારો છે. તેને જુદા જુદા વિભાગોમાં જુદાં જુદાં અવયવો માટે વહેંચી દેવામાં આવ્યો છે.

(૧) પહેલો ચૈતન્ય વિભાગ ઇન્દ્રિયોમાં આંખને માનવામાં આવે છે. તેના પર હીરટીરીયા દરમ્યાન થતી અસર લાક્ષણિક છે. ખાસ કરીને આંખની કીકી ટૂંકી પડતી જાય છે અને દૃષ્ટિ પણ ટૂંકી પડી ગઇ હોય એમ ઘણો વખત સુધી જણાય છે.

(૨) રંગબેરંગી કુદરતી રંગો જોવાને કુદરતે બક્ષેલી ઇન્દ્રિયનું બનાવી દે છે અને તેમ થતાં ખાસ કરીને લાલ રંગ જોવાની આંખની કળા તદ્દન નાશ પામે છે.

(૩) આંખો ચૈતન્યહિન બની જાણે તદ્દન ખોટી જ હોય તેવી બની જાય છે અને જાણે કે આંખને પક્ષાઘાત થયો હોય અથવા તો આંધળી બની ગઈ હોય એમ લાગે છે.

(૪) નાકમાં શ્વાસ લેવાની ગતિ પણ શુદ્ધિની બહાર જાય છે અને સૂંઘવાની ઇન્દ્રિયનો નાશ થાય છે.

(૫) જીભ તદ્દન જ તોતડાતી અથવા તો મૂગા જેવી બની જાય છે છતાં દાંત વચ્ચે જીભ કદી કચડાતી નથી એ તેની મુખ્ય નિશાની છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(૬) કાન બહેર બની જાય છે અથવા તો કોઈ વખત એથી ઊલટું વાજિંત્રો વાગતાં હોય અથવા તો તોપો ફૂટતી હોય એવો ભાસ થાય છે.

(૭) સ્વાદનો પણ નાશ થાય છે.

આ પ્રમાણે આ વિભાગમાં આંખ, કાન, નાક, જીભ પર થતી અસરનાં લક્ષણો દેખાડવામાં આવ્યાં છે.

ત્રીજા કારણમાં મગજમાં ચાલુ રહેતી મગજશક્તિ સંબંધી વર્ણન કરવામાં આવ્યું છે. એનો સંબંધ શરીરના તમામ ભાગો પર ચૈતન્ય જંતુઓદ્વારા કરોડરજ્જુમાં દ્વારા હોય છે.

(૧) આ વિભાગ પર અસર થાય ત્યારે મુખ્યત્વે ઘુંટણનાં આંચકાઓ ઘણા મોટા પ્રમાણમાં આવે છે અને શરીરમાંથી પસાર થતી વીજળીને કોઈ પણ જાતનો ફેરફાર થવા દીધા વગર તેમ જ શરીરના કોઈ પણ ભાગનો ક્ષય થવા દીધા વગર અર્ધાંગ શરીર બને છે, ઘૂંટી અને તેની નીચેના ભાગો ખોટા થાય છે અને ઝાડો પેશાબ અટકી જાય છે.

(૨) હાથની મૂઠીઓ સખત વળી જઈ આખું અંગ જડ જેવું બની જાય છે અને પગની પાની ખેંચાઈ, પગ વાંકો અને જડ જેવો બની જાય છે. પેટ સખત બની પેટમાંથી મોટી ગાંઠ નીકળતી હોય એવું લાગે છે.

(૩) આ અવસ્થામાં ઘણી સખત હીસ્ટીરીયા અને

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વાઈનાં ચિન્હો સાથે દેખાય છે, એટલે કે જે જાતના વિચારો મગજમાં બહારથી પણ સાંભળવામાં આવ્યા હોય તે વિચારોનું પ્રતિબિંબ અહીં રજૂ થાય છે. જે વહેમો સંબંધી મનમાં બીક પેસી ગઈ હોય તે વહેમો પ્રત્યક્ષ બને છે, ભોગ બનેલી વ્યક્તિ થોડીવારમાં ગાવા માંડે છે, તો થોડીવારમાં વાતો કરવા માંડે છે અને બીજી જ ક્ષણે ગુસ્સો કરી થોડીવાર પછી ડાહ્યા માણસ જેવી વાત કરે છે. મનમાં જે જાતની વિચારણાએ રૂપ લીધું હોય તેનો પ્રત્યક્ષ અનુભવ આ સ્થિતિમાં થાય છે.

(૪) આખા શરીરની બહેરાશને કારણે અને બીજા વિભાગનાં કારણોને લીધે પોતાની જાત પોતાની નથી એમ ભાસ થાય છે અને પોતાની જાતમાં બીજું કોઈ બેસી ગયું છે, એમ પોતે પણ માને અને બીજાને પણ તેમ માનવાને કારણ આપે. ઘણાં દ્રષ્ટાંતોમાં આવા રોગીઓને માર તથા ધૂપ વગેરે આપવામાં આવે છે, અને જે જાતનો પ્રત્યાઘાત હોય તં વસ્તુ બહાર આવી થોડા વખતમાં રોગી સાનમાં આવી ફરી તેજ દિશામાં જાય છે. આને વળગાડ અથવા તો ભૂતપ્રેત માનવામાં આવે છે.

ચોથું કારણ શરીરના મુખ્ય વિભાગો, હૃદય, ગુદા, ફેફસાં અને શ્વાસનળીને લગતું છે.

(૧) હૃદયનાં ધબકારા ખૂબ વધી જઇ ઘણી વખત રોવું, કકળવું અને ભયંકર ચીંસો નાખવાનુ બને છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(૨) ફેફસાંમાં દરદ વગર ઘડ ઘડ એવા મોટે અવાજે કફ બોલે છે.

(૩) શ્વાસનળીમાં ખૂબ જોરથી અવાજ સંભળાય છે.

(૪) ભયંકર ઊલટી થાય છે અને પેશાબ બંધ થઈ જાય છે. અથવા તો 'ફીટ' દરમ્યાન ઘણી વખત બેશુદ્ધિમાં પેશાબ થઈ જાય છે.

પાંચમું કારણ, માનસિક અવસ્થાને કારણે બ્રહ્મપક સાથે-સંકળાયેલી ચૈતન્યવાહિનીઓ અને રક્તવાહિનીઓ પર થતી અસરનાં પરિણામો અહીં નોંધવામાં આવ્યાં છે.

(૧) મનમાં ઘડી લીધેલા વિચારો સિવાયના બધા વિચારો ખોટા હોય એમ માની લેવામાં આવે છે અને અગાઉ વીતી ગયેલાં બીક અને ધ્રાસકા જેવાં દાખલા દલીલો આગળ કરી તેમાં મીઠું મરચું ભભરાવી પોતાનો વિચાર સાચો કરવાની સદાય મહેનત કરે છે.

(૨) પોતાના સિવાય એકપણ કામ નહિ થઈ શકે એવી દૃઢ માન્યતા નીચે, જુદાં જુદાં સૂચનો કરવામાં આવે છે અને તેને ન અપનાવી લેવાય ત્યાં સુધી તે વધતાં જ જાય છે.

(૩) થોડીવારમાં ઊંઘમાં હોય તેમ, તો થોડીવારમાં જાગૃત અવસ્થા; થોડીવારમાં સ્ત્રી તો થોડીવારમાં પુરુષ જેવું; થોડીવારમાં ખડખડાટ હસવાનું તો થોડીવારમાં

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ભયંકર આફત આવી હોય તેમ દિલગીર થઇ રડવા માંડવું.

(૪) પોતાના તરફ બધાં ખૂબ માયાળુ વર્તન રાખે એવી અપેક્ષા રાખે અને તેમ ન થતાં ઘણી વખત શરીર પર ચાઠાંઓ ઊપડી આવે અથવા તો ઘણી વખત તાવ ચઢી આવે.

(૫) કોઇ વખત ગાંડપણ જેવાં લક્ષણો નજરે પડે છતાં બુદ્ધિ એટલી બધી તેજ લાગે કે તેની સાથે વાત કરતાં બુદ્ધિમાન માણસોને પણ મહાત કરે. ગાંડપણ જેવી અવસ્થા વખતે બુધ્ધિની તીવ્રતા એક મુખ્ય લક્ષણ છે અને ખોટાં ખોટાં ભાષણો અને મનમાં ધારી લીધેલા તુક્કાઓની પરંપરા એ બીજું લક્ષણ છે. આ બે વસ્તુઓને કારણે શારીરિક ભાન ઓછું થવું અથવા ભુલાઇ જવું ઘણુંજ સ્વાભાવિક બની જાય છે.

જેમ અગાઉ કહેવાઇ ગયું કે હીસ્ટીરીયા સાથે બીજાં દરદો હોય ત્યારે ઘણી વખત તેને ઓળખવું મુશ્કેલ બને છે. તે માટે તે સાથે મોટે ભાગે થનારાં દરદો અને તેના લગભગ સરખાં ચિન્હોવાળાઓનો મુખ્ય તફાવત ઓળખી શકાય તે માટે તે અહીં આપવામાં આવ્યો છે. અને તેવાં દરદો હીસ્ટીરીયા સાથે હોય ત્યારે હીસ્ટીરીયા ઉપરાંત તે દરદોના ચિન્હો મળી રહેશે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

હીસ્ટીરીયા અને તેને મળતા દર્દોનાં

દર્દોનાં નામો	શુદ્ધિ	આંખોની કીકી	જીભ
(૧) હીસ્ટીરીયા	કોઇ વખત નાડી સંપૂર્ણ જાય છે અને ક્યારેક ન પણ જાય.	કુદરતી હોય તેવી જ.	કુદરતી હોય તેવી જ
(૨) વાઇ	તદ્દન જાય છે.	હુમલો ચાલુ હોય ત્યાં સુધી કીકી મોટી થયેલી જણાય છે.	વારેવારે કરડે અને ચગદાઇ જાય છે.
(૩) મોટી માંદગીનો ઢોંગ, અને વહેમ વગર મતલબવાર પાડવાની બિમારી	તદ્દન શુદ્ધિમાં	તદ્દન સારી, પણ દેખાય ખોટી.	તેને સાચી ફીટ આવી છે એમ નક્કી કરાવવા જાતે જ ઘણી વખત કરડી ખાય છે.
(૪) મૂત્રાશયનું લોહીમાં દબાણની અશુદ્ધિ.	બેશુદ્ધ વધારે દર્દ હોય ત્યારે થાય છે અને લાંબો સમય રહે છે.	પહેલાં તદ્દન નાની બની પછી એકદમ મોટી થઇ જાય છે.	કુદરતી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ચિન્હો અને નિશાનીઓ વચ્ચેનો ભેદ

દર્દનો હુમલો	દર્દના હુમલાની મર્યાદા	શુદ્ધિમાં આવવાની મર્યાદા	સાનમાં લાવવો કે નહિ?
મન ઉત્તેજિત બન્યા પછી બેશુદ્ધિ અને ક્યારેક ગાંડા જેવું.	ઘણા લાંબો સમય.	અનિશ્ચિત	આંચકા લાગી નુકસાન ન થાય તે માટે જરૂરી.
ઘણો જ ઝડપી અને તરતજ બેશુદ્ધ	થોડી ક્ષણો	મોટે ભાગે ઝડપથી.	અકસ્માત થતો અટકાવવા સાનમાં લાવવું.
બીજાઓની ભલી લાગણી ન જણાય ત્યાં સુધી અને ઇજા ન થવા દેતા વ્યાપારી જેમ ખૂબ મોટો અને ખોટો ઢોંગ.	મરજી પડે ત્યાંસુધી.	મતલબ સરે કે તરત જ	જરૂરી નથી.
મૂત્રાશય છૂટું થાય અને તે મટી જાય તે પર આધાર રાખે છે.	લાંબો સમય.	ઘણી જ ધીરી અને ઘણી વખત મૃત્યુ સુધી પણ આવતી નથી.	કૃત્રિમ ઉપચારોથી નહિ; ખાસ જરૂરી નથી.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કારણો:- (૧) માનસિક બોજો અથવા આઘાત;

(૨) પૂર્વ પરંપરાગત વારસાનું પરિણામ;

(૩) કુટુંબીઓની ચિંતા અને ખાસ કરીને કુટુંબી તરફથી થતી આંતરિક પજવણી અને બેકાળજીભર્યું વર્તન;

(૪) બીક;

(૫) અસહ્ય દુઃખ;

(૬) હસ્તદોષ;

(૭) અતિ મૈથુન;

(૮) અકુદરતી મૈથુન;

(૯) સૃષ્ટિ વિરૂધ્ધ કર્મ;

(૧૦) બળાત્કાર (સ્ત્રી અને પુરૂષ બન્નેને).

ઉપચાર: હીસ્ટીરીયાના ઉપાય કરતાં પહેલાં તમામ જાતનાં કારણના હીસ્ટીરીયાના રોગીને મીંઠી ઊંઘ આવે તેવાં, છતાંયે હૃદય પર અસર ન કરનારા ઔષધો આપવા પ્રથમ જરૂરી છે. તેની માનસિક વૃતિ સંતુષ્ટ રહે તે તરફ સંપૂર્ણ લક્ષ આપવું જોઇએ તે પણ તેટલું જ જરૂરી છે. આ રોગીને એકાંતસેવનથી અને દુઃખ તેમજ આઘાતજનક ખબરોથી પણ દૂર રાખવો. રોગીએ ઔષધોપચાર બરાબર કરવો. તળેલા ખોરાકો વર્જ્ય કરવા અને રાત્રે ઉજાગરાથી દૂર રહેવું. પેટ સાફ આવે તે માટે ઔષધ લગભગ નિયમિત લેવું, પેટ સાફ હોય તોયે ઔષધ લેવું જરૂરી છે.

ઉપચાર નં. ૧ પહેલાં કારણથી નીપજતા હીસ્ટીરી-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

યાનાં ઉપચારોઃ-

(૧) આ ઉકારણથી પજતા હીસ્ટીરીયાના રોગીને જે જાતનો માનસિક બોજો હોય તે હળવો કરવો અને બનતી ત્વરાએ તેમાંથી મુક્ત કરવો. રોગીના મનને એવી હળવી સ્થિતિમાં રાખવા માટે તેને ખોદવાનું અથવા પરોપકારના કામમાં પસીનો આવે તેવું કામ આપવું. આવાં કામો રોગીના માનસને આશ્વાસનરૂપ થઇ પડે છે. જપ, તપ અને એકાગ્રતા એ ઘણા જ ઇષ્ટ ઉપાયો છે. પણ તેમ કરવાને મનની એકાગ્રતા લાવવાનું આવા રોગીઓ માટે છેક સ્વપ્નસુષ્ટિ જેવું છે. તેથી ઉપરનાં કામોથી સધાતી એકાગ્રતા દ્વારા તેમાં પ્રવેશ થાય તો વધારે લાભકારક થઇ શકે ખરૂં. આઘાત સમયે પણ, ઉપરના ઉપચારો સાથે પુસ્તકવાચન, ઠંડા પ્રદેશનું અથવા ઠંડી જગ્યાનું રહેઠાણ અને કુદરતી સૌંદર્ય સાથેની દોસ્તી રોગીને ઘણી રાહત આપી શકે છે.

આ ઉપચારો ઉપરાંત શંખાવલી તોલો ૦૧, જટામાંસી તોલો ૦૧, ખુરાસાની અજમો તોલો ૦૧, શુદ્ધ વચ્છનાગ (ઝેર વગરનો) જેને sloriosd supbd ? ના નામથી ઓળખવામાં આવે છે તે તોલો ૦૧, અકકલકરો તોલો ૦૧, ખસખસ તોલો ૦૧, પાણી તોલા ૧૦, આ બધું સાથે ઉકાળી, પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, તેમાંથી બે ભાગ કરી દિવસમાં બે વખત સવારસાંજ લેવું તથા પેટ સાફ રાખવા રાત્રે ગરમ પાણી સાથે હીમજ તોલો ૦૧ લેવી. જો શંખાવલી તાજી મળી શકે તો તેનો

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

રસ તોલો એક, મધ તોલો એક સાથે મેળવી, ઉપરના ઉપચાર ઉપરાંત સવારસાંજ લેવાથી ઘણો જ ઝડપી ફાયદો થશે. ફીટ આવે ત્યારે કેવળ મરી અને જાયફળ અરધો અરધ મેળવી સુંઘાડવાં હિતકર છે.

<u>ઉપચાર નં. ૨.</u> બીજા કારણથી થયેલા રોગીને વીસ બદામનો શીરો નિયમિત એક વર્ષ સુધી સવારે આપવો અને જ્ઞાનતંતુઓને રાહત મળે તે માટે માનસિક તમામ કામ છોડી દઇ, રાત્રે હીમજ તોલો ૦॥ ગરમ પાણી સાથે લેવી અને દિવસે દૂધ રતલ ૦॥ માં ગોખરૂ તોલો ૦।, ગંધીલો વજ તોલો ૦।, શતાવરી તોલો ૦।, અને પીપરીમૂળ તોલો ૦॥ ઉકાળી, સવારસાંજ છ માસ નિયમિત લેવાથી આરામ જણાશે. ફીટ આવે તે વખત કપૂર ૪ ભાગ અને રાઈ એક ભાગ મેળવી સુંઘાડવી હિતકર છે.

<u>ઉપચાર નં. ૧.</u> ત્રીજા કારણથી થતાં આ રોગમાં પહેલાં તો રોગીને પોતે ચિંતામુકત છે અને તેની પજવણી થવી શકય જ નથી તેવી મનમાં ખાતરી કરાવી આપવી અને તેને તેમાંથી અણિશુદ્ધ મુકિત મેળવી આપવી. રોગીએ તેવા વર્તનની શંકાથી પણ દૂર રહેવું જોઇએ. ઉપાયમાં પહેલા કારણના તમામ ઉપચારો ઉપરાંત શિલાજીત તોલો ૦। સવારસાંજ ગરમ દૂધ સાથે આપવું અને પુષ્ટિકારક ખોરાકો આપવા. આ પ્રમાણે એક વર્ષ ઉપચારો કરવાનું ચાલું રાખવું. રોગીને ફરી રોગમાંથી મુક્ત રાખવા માટે આટલી લાંબી સારવાર જરૂરી છે.

<u>ઉપચાર નં. ૪.</u> ચોથા કારણથી થતા રોગમાં રોગીને

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

બીકમાંથી મુક્ત કરવાના તમામ ઉપાયો યોજી પહેલાં કારણમાં સૂચવેલો ઔષધોપચાર સિવાયના તમામ ઉપાયો યોજવા અને હરડે તોલો ૦। રાત્રે ગરમ પાણી સાથે લેવી.

આવા રોગીને માટે ફરવું, દોડવું અને નિયમિત કસરત કરવી ઘણી જ જરૂરી છે. વીરરસની વાર્તા અને તેવાં જ ચલચિત્રો કે નાટકો પણ રોગીને રાહત આપી શકે છે.

કાળી જીરી તોલો ૦।, પીપરીમૂળ તોલો ૦।, મોરવેલ તોલો ૦।, સાથે મેળવી, ખાટી છાશમાં દિવસમાં ત્રણ વખત લેવું. ફીટ દરમ્યાન એમોનિયા અથવા નવસાર તોલો એક માં ૦। તોલો તંબાકુ અથવા કપૂર કે રાઈ નાખી સુંઘાડવું હિતકર છે.

<u>ઉપચાર નં. ૫.</u> પાંચમા કારણથી થતા હીસ્ટીરીયામાં દુઃખ જ્યાંથી શરૂ થયું હોય તે વાતાવરણથી રોગીને ખૂબ દૂર રાખવો. સારવાર એ પ્રથમ જરૂરિયાત છે અને રોગીને દુઃખમાંથી તદ્દન મુક્ત રાખવો એ પણ તેટલી જ જરૂરી સારવાર છે. રોગીના મનને પ્રફુલ્લિત વિચારોથી રોકી રાખવા માટે સંગીત અને તેનું શિક્ષણ, વાર્તા અને આનંદની ઊર્મિઓ ઊછળે તેવું વાતાવરણ ઉપસ્થિત કરવું જોઈએ. ઔષધમાં ભિલામા અને શતાવરીનું સેવન ઉત્તમ ઉપાયો છે. શિયાળામાં ભિલામાનો પાક તોલો એક સવાર-સાંજ અને ઉપરથી દૂધ રતલ ૦॥ માં શતાવરી તોલો ૦॥ ઉકાળેલું દૂધ પીવું. તાપમાં બહાર ફરવું નહીં. તેલ મરચું અને ઉજાગરાઓથી દૂર રહેવું. પ્રકૃતિસૌંદર્ય અને

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તેવાં જ બીજાં સ્થાનોમાં પર્યટન કરવું અને ૦। તોલો હીમેજ રાત્રે ગરમ પાણી સાથે લેવી. ફીટ આવે ત્યારે ચોથા ઉપાયમાં સૂચવેલો ઉપાય અજમાવવો.

ઉપચાર નં. ૬. છઠ્ઠા કારણથી થતો હીસ્ટીરીયા મટાડવા પહેલાં તે આદતથી મુકિત મેળવવાનું જરૂરી છે.

ઉપચારમાં સવારસાંજ એક તોલો એખરો અને ૧૦ તોલા દૂધની ખીર બનાવી પીવી તથા ગોખરૂ અને શતાવરી તથા કવચાં દરેક તોલો ૦। લઇ દૂધ સાથે ઉકાળી સવારસાંજ ત્રણ માસ લેવું. આ ઉપરાંત તાજાં આમળાં આખા નં. ૬ દરરોજ દિવસ રાત દરમ્યાન ચૂસી જવા. સિવાય શંખાવલી ૦।।, તોલો જટામાંસી તોલો ૦।, ખૂરાસાની અજમો તોલો ૦।, ચિત્રક તોલો ૦।, શતાવરી તોલો ૦।, ગોખરૂ તોલો ૦।, ખાખરાનો ગુંદ તોલો ૦।, પાણી તોલા ૨૦, આ બધું સાથે ઉકાળી, દસ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, તેમાંથી ચાર ભાગ કરી, દિવસમાં ચાર વખત ચાર ચાર કલાકને અંતરે લેવું અને વિષતિંદુક રતી અરધો સવારસાંજ ઠંડા પાણી સાથે લેવું.

આ ઉપચાર હસ્તદોષથી થતા સ્વપ્નદોષવાળાઓએ કરવાથી તેઓ પણ રોગમુકિત મેળવશે. આ ઉપચાર દરમ્યાન ઔષધોપચાર સિવાયના ઉપચારો કારણ નંબર પાંચમાં આપ્યા પ્રમાણે કરવા. ઠંડા પ્રદેશમાં રહેવું અને સાંજે છ વાગ્યા પછી પ્રવાહી સિવાય કશું ભોજન લેવું નહીં. મોડી રાત્રે સૂવું અને મોડા ઉઠવું વધારે હિતકર છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

<u>ઉપચાર નં.</u> ૭. સાતમા કારણના ઉપચારો છઠ્ઠા કારણના ઔષધોપચાર પ્રમાણે જ કરવા. શિયાળા દરમ્યાન બિલામાંનું એક તોલાનું એક માસ સુધીનું નિત્યે પ્રભાતે આ રોગીઓ માટે સેવન અતિ ઉત્તમ છે. મૈથુન તદ્દન જ બંધ કરવું. કસરત નિયમિત કરવી. બદામ નંગ ત્રીસનો શીરો દરરોજ સવારે નિયમિત લેવો હિતાવહ છે.

<u>ઉપચાર નં. ૮.</u> આઠમા કારણથી થતા રોગમાંથી બચવા અકુદરતી મૈથુન તદ્દન બંધ કરી, ચાર માસ બ્રહ્મચર્ય પાળવું અને પહેલા તથા છઠ્ઠા કારણના ઉપચારો સાથે કરવાથી ત્રણ માસમાં રોગમુકિત મળશે.

<u>ઉપચાર નં. ૯.</u> નવમા કારણથી ટેવાયેલો રોગી સાથોસાથ મોટે ભાગે છઠ્ઠા કારણનો પણ ભોગી બન્યો હોય છે. અને તેથી તેણે છઠ્ઠા કારણમાં બતાવેલા તમામ ઉપચારો ઉપરાંત નીચેના ઉપચારો કરવાથી રોગી ઓછામાં ઓછા એકથી દોઢ વર્ષે રોગમાંથી મુકિત મેળવી શકે છે.

આ કારણ દરમ્યાન પુરુષ અને સ્ત્રીઓના પ્રાકૃતિક ગ્રંથી વિભાગો નબળાં પડી ગયેલા અને સૂજેલા હોય છે. તે માટે તે પર નીચેના મલમનું એકાંતરા માલીસ ઘણું જ જરૂરી છે.

ગંઠેર તોલો ૦।, કંથાર તોલો ૦।।, કુઓ તોલો ૦।, ભેરવશીંગ તોલો ૦।, હળદર તોલા બે, કાથો તોલો ૦।।।, ચંદન તોલો ૧, પારિજાતકની છાલ તોલો ૧, આવળની છાલ તોલા ૨।।, કમળકાકડી તોલો ૧, માખણ તોલા

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

૨૦, બધું મેળવી મલમ બનાવી, પ્રાકૃતિક ગ્રંથી વિભાગો જેને 'પ્રોસ્ટ્રેઇટ ગ્લેન્ડઝ'ને નામે ઓળખવામાં આવે છે તે પર ગુદાદ્વારા માલીસ કરવું. તેમ જ સાથે નીચેનું ઔષધ વિશેષમાં આપવું;

જદ્વારખતાઇ રતી ૩, કરંજ રતી ૩, વાવડીંગ રતી ૩, જાયફળ રતી એક, દારૂડીના બીજ રતી ૦। સાથે મેળવી, સવારસાંજ માખણ સાથે આપવું તથા ત્રીસ બદામનો શીરો નિયમિત સવારે છ માસ સુધી આપવો. ઘણી વખત વધારે મિશ્ર કારણોવાળાને વધારે ઔષધો આપવા માટે ઉપરનાં ઉપાયોમાં ફેરફાર થાય છે.

<u>ઉપચાર નં. ૧૦.</u> દશમું કારણ શારીરિક તેમ જ માનસકિ ઇન્દ્રિયોને નુકસાન પહોંચાડતું હોઇ તે કારણમાંથી મુક્ત કરી પહેલાં કારણમાં દર્શાવેલા તમામ ઉપચારો અને નવમા કારણમાં દર્શાવેલ છેલ્લા ઔષધોપચાર યોજવા. મનને સૃષ્ટિસૌંદર્ય અને સંગીત વગેરે આનંદના કામમાં રોકવું. ફીટ દરમ્યાન ગાયનું ઘી સુંઘાડવું અતિ ઉત્તમ છે. તે શકય ન હોય તો પહેલાં કારણમાં જણાવેલો ઉપચાર યોજવો.

આ પ્રમાણે દશ કારણથી થતા હીસ્ટીરીયાના ઉપાયો સૂચવ્યા છે. તે દસે જાતમાં જ્યારે ફીટ આવે ત્યારે બીજા કોઇ પણ ઉપાયો હાજર ન હોય અથવા ફીટ વળતી ન હોય ત્યારે અરીઠાં નંગ દસનાં છોતરાં (બી ફેંકી દેવા), પાણી તોલા અઢીમાં ખૂબ ચોળી, તેના એકથી ચાર ટીપાં કોઇપણ બાજુનાં નસ્કોરામાં નાખવાથી રોગી શુદ્ધિમાં

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આવી જશે. આવા રોગીઓને ત્યાં આ જાતનું પાણી કરી રાખી મૂકવું ઘણું જ ફાયદાકારક છે.

બધાં કારણો ઉપરાંત પણ મિશ્ર કારણોમાં ચેપી રોગ મુખ્ય છે. પણ તે સબંધના ઉપાયો ઘણાજ લાંબા તથા કારણો પણ વિવિધ હોઈ તેની ચર્ચા અત્રે કરવી અશક્ય છે. મિશ્ર કારણમાં મિશ્ર ઉપાય યોજવો હિતકર છે.

અપસ્માર (વાઈ)

અપસ્માર સબંધી નિદાન બાળકોના રોગોમાં વાઇના પ્રકરણમાં લખાઇ ગયું છે. કારણ કે વાઈ એટલે જ અપસ્માર. પણ બાળકોનાં અપસ્માર અને સ્ત્રીઓના અપસ્માર વચ્ચે ફરક એક જ હોય છે કે, બાળકોનો અપસ્માર મોટે ભાગે માબાપોની ક્ષતિઓમાંથી ઉદ્ભવે છે જ્યારે સ્ત્રીઓનો અપસ્માર ચિંતા, વહેમ, મગજ પરનો ખોટો બોજો અને સંસર્ગજન્ય રોગોમાંથી નીપજે છે. આમ હોવાથી તેઓની વાઇના ઔષધોનું પ્રમાણ બાળકોનાં ઔષધો કરતા બમણું હોય છે અને ઔષધ લેવાની મુદત પણ બાળકોનાં ઔષધ કરતાં બમણી જ હોય છે. માનસિક બોજો દૂર કરવો એ સ્ત્રીઓ માટેના ઉપાયોમાં સૌથી વધારે ઉપયોગી અંગ છે.

શુધ્ધ હવા, માનસિક આરામ અને શારીરિક કસરત આ રોગના ઉપાય માટેનાં બીજાં ઉપયોગી અંગો છે.

વાળ

લાંબા કેશ અને સુંદર મુલાયમ કેશ રાખવાની પ્રથા

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આપણે ત્યાં બહેનોમાં ખૂબ છે. આ પ્રથાને કારણે તેઓને ખરતાં એક પણ વાળ જાણે તેમના લોહીનું ટીપું ચુસાઈ જતું હોય તેટલું દુઃખ તેઓને આપે છે. વાળ સફેદ થવા, પાંખા થવા કે ખરવા અને વાળમાં જૂ પડવી, લીંખ પડવી કે કોઇપણ જાતનો ખોડો કે રોગ થવો એ બહેનોને મન એક મહા રોગ થયો હોય તેવું લાગે છે. આ બધાં કારણોસર સ્ત્રીઓના રોગોમાં વાળના રોગો સંબંધી ચર્ચા ઘણી જરૂરી છે.

વાળના રોગો મોટે ભાગે પ્રજીવક ત-ત્વ એટલે વીટામીનની ખામીમાંથી ઉદ્ભવે છે. ગરમીનાં રોગો, ખાસ કરીને સીફીલીસીસ એટલે ઉપદંશ એ પણ આ રોગનું એક મુખ્ય કારણ છે. આંતરડાની ગરમી અને આંતરડાની જૂની બાદી પણ આ રોગ માટે ઘણી વખત કારણભૂત થઈ પડે છે. વધારે મજૂરી કરનાર અને ઘી, દૂધ, માખણ તથા માછલાનું સેવન કરનાર બહેનોના વાળ મોટે ભાગે લાંબા હોય છે. એટલે આ બધાં ત-ત્વો વિટામીન 'એ' થી ભરપૂર છે અને વીટામીન 'એ' વધારે લેનારના વાળ કાળા અને લાંબા હોય છે એમ આ પરથી સમજી શકાય છે.

લક્ષણો :–વાળના રોગના લક્ષણોમાં પહેલું તો વાળ ખરવા અને ટૂંકા થઇ જવા જે પ્રથમ દૃષ્ટિએ જ સ્વભાવિક રીતે માથા પર દેખાય છે. વાળામાં ખોડો કે જંતું પડયાં હોય ત્યારે માથામાં સખત ખંજવાળ આવે છે, બેચેની જણાય છે' ઘણી વખત વાળ સફેદ થવા લાગે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

છે, ઘણી વખત વચ્ચે વચ્ચેથી તૂટી જાય છે અને ઘણી વખત આપોઆપ ઊતરી પડે છે.

કારણો :–શરીરમાં ખોરાક તત્ત્વોની ખામી, ટાઈફોઈડ, આંતરડાની ગરમી, ઉપદંશ, વંશપરંપરા, શ્વેતપ્રદર, લોહીવા પાંડુરોગ, વિટામીન 'બી' ની ખામી, વિટામીન 'એ' ની ખામી, વાળમાં ગમે તેવાં તેલ નાખવાં, ઉજાગરા કરવા, સખત તાપમાં ફરવું, પાણીવાળાં ફૂલ નાખવાં.

ઉપચાર નં. ૧. જો વાળમાં લીંખ, જૂ કે ખોડો થયો હોય તો વાળને આમળાંથી ધોઈ, કોપરાનો રસ ઘસી માથામાં લીંબોળીનું તેલ ઘસવાથી અને દર ત્રણ દિવસે એક વખત સાથે ચંદનનું તેલ ઘસવાથી ખોડો, લીખ કે જૂ નાબૂદ થશે. જો ઉપરનાં દર્દો સખત પ્રમાણમાં હોય તો લીંબોળીના તેલ સાથે એક રતલ તેલમાં અરધો તોલો કપૂર, એક તોલો અક્કલકરાનાં ફૂલ, અડધો તોલો ચંપાનાં ફૂલ સાથે ઉકાળી, એ તેલ ઘસવાથી અવશ્ય આરામ થાય છે.

ખરતાં વાળના ઉપચારઃ વાળ ખરતા હોય ત્યારે દરરોજ રાત્રે સૂતી વખતે બે તોલા ગુલકંદ ૦। શેર દૂધ સાથે લઈ સૂઈ જવું અને દરરોજ સવારમાં કોપરેલ તેલ રતલ ૧ માં એક રતલ મીઠા લીમડાનો રસ ઉકાળી, રસ બળી જાય ત્યારે તેલને ગાળી, દરરોજ સવારે એ તેલ માથામાં ઘસવું.

ખોરાકની ક્ષતિને કારણે ખરતા વાળઃ કોપરેલ રતલ ૧, બદામ તોલા ૪, અખરોટ તોલા ૨, આમળાનો રસ તોલા ૨, ચોખાનાં ફોતરાં તોલો ૧, ચંદનનું તેલ તોલો

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

૧, પારિજાતકનાં ફુલ તોલા ૫, લીંબુનો રસ તોલા ૨, સરગવાના પાનનો રસ તોલા ૨, મીઠા લીમડાના પાનનો રસ તોલા ૫, બધું સાથે ઉકાળી, તેલ સિવાયના બધા પ્રવાહી બળી જાય ત્યારે તેલને ગાળી તેમાંથી દરરોજ માથામાં નાખવાથી ખરતા વાળ અટકી જશે.

રોગોને કારણે ખરતા વાળઃ- બદામ તોલા બે, બ્રાહ્મી તોલા બે, કદમ્બ તોલો એક, ગુલાબનાં ફૂલ તોલા બે, પારિજાતક તોલો એક, કપૂર તોલો ૦ાા, અક્કલકરાના ફૂલ તોલા બે, ચંદનનું તેલ તોલા બે, દાડમનાં બીજ તોલો એક, હાથીદાંત તોલો એક, મલીન તોલા ચાર, કોપરેલ તોલા ચાલીસ, ઉપરની બધી દવાઓને અધકચરી ખાંડી, એક રતલ પાણીમાં ઉકાળી, ૦ાા રતલ પાણી બાકી રહે ત્યારે તેને બધા મસાલાઓ સહિત તેલ સાથે મેળવી, પાણી બળી જાય ત્યાં સુધી ઉકાળો અને પછી ગાળી લઇ દરરોજ રાત્રે માથામાં તેલ ઘસો.

કાચી વયે આવતા સફેદ વાળના ઉપચારઃ બહારના તેલથી દૂર રહો, ખોરાકમાં માખણ અને દૂધ ખૂબ લેતા રહો, દરરોજ રાત્રે ૦ા તોલો ઇસબગુળનું ગરમ પાણી સાથે સેવન કરો અને કોપરેલ તોલા ૪૦, મેંદીના પાન તોલા ૧૦, લાલચંદન તોલા ૪, અખરોટનાં પાન તોલા ૫, મલીન તોલા ૬, બધું સાથે ખાંડી, ૧ રતલ પાણીમાં ઉકાળી, પાણી બળી જાય ત્યારે ગાળી દરરોજ સવારે અને સાંજે માથામાં ઘસો.

ગર્ભાધાન વિકાર

ગર્ભાધાન દરમ્યાન જ્યારે રોગી સ્વાસ્થ્ય સંબંધી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

મુશ્કેલીઓ અનુભવે છે ત્યારે તેને ગર્ભાધાનવિકારને નામે ઓળખવામાં આવે છે. આ વિકાર સ્ત્રીઓને ગર્ભાધાન દરમ્યાન ઘણી વખત પહેલાં માસે પણ શરૂ થાય છે અને ઘણી વખત બીજે, ત્રીજે, ચોથે અથવા તો કોઈપણ માસે શરૂ થાય છે. જો આ વિકાર પહેલાં માસથી જ શરૂ થાય તો વિકાર માતાના ગર્ભાશયમાંથી બાળકને પણ મળે છે અને ગર્ભિણી સ્ત્રીને શરીરનાં બીજાં અવયવોમાં રહેલો વિકાર ગર્ભમાં દાખલ થાય છે તે જ જાણવું જો બીજે મહિને વિકાર શરૂ થાય તો સાધારણ રીતે ઓડકી, મોળ, ઊલટી અને ખોરાક તરફ અરૂચિ એ ગર્ભાધાનનાં લક્ષણો રૂપે પણ છે અને તો તે ગર્ભાધાન થયા પછી જ આવ્યા છે તેમ જાણવું. આ વિકારો બીજે અને ચોથે મહિને થાય ત્યારે સમજવું કે શરીરમાં કમતાકાત અથવા તો ગરમીના કોઈ પણ રોગો રહેલા છે. પ્રસૂતિ એ કુદરતનો કોઈ પણ ઔષધોપચાર કર્યા વગરનો સાદો અને સીધો નિયમ છે કે પ્રસવ થાય; પ્રસવ પહેલાંના જેટલા રોગો થાય તે કુદરતી કહી શકાય. ગર્ભાધાનના પાંચમા અને છઠ્ઠા માસમાં જ્યારે કમરમાં દુખાવો થાય ત્યારે સમજવું કે ગર્ભપાત થશે.

પણ ત્રીજા કે ચોથા મહિના સુધી થાય તો સમજવું કે કસુવાવડ થશે. ઘણી વખત ગર્ભાધાન દરમ્યાન પણ માસિક જેવું લોહી દેખાય છે અને તેમ થયા પછી કસુવાવડ અને ગર્ભાપાત પણ ઘણી વખત થાય છે અને ઘણી વખત થતો નથી. આવા પ્રસંગે સ્ત્રીઓને સંપૂર્ણ આરામ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આપવેા અને મગજ પરનેા બેાજો દૂર કરવેા ઘણેા જરૂરી છે.

લક્ષણેાઃ- પહેલેા માસઃ કેાઇને ખાવા તરફ અરૂચિ તેા કેાઇને અમુક ખેારાકની વાસ ઘણા દિવસ સુધી આવે અને ઉલટી જેવેા ભાસ થાય.

બીજો માસ: મેાળ, ખેારાક અને ઊલટી મુખ્ય લક્ષણેા છે અને ખેારાક તરફ અરૂચિ એ ત્રીજું જાણીતું લક્ષણ છે.

ત્રીજો માસ: પડયા રહેવું ગમે, ઘણી વખત ઉધરસ થાય અને કફ થાય, કેાઇ કેાઇ વખત અતિશય પેશાબ થવાની ફરિયાદ થયા કરે, દૂધ પેદા થવાની શરૂઆત થાય અને શરીર વજનદાર બને. કેાઈ વખત માસિક પણ જણાય.

ચેાથેા માસ: પેટમાં દુઃખે અને કમરમાં દુખાવેા પણ થાય તેા સમજવું કે કસુવાવડ થશે.

પાંચમેા અને છઠ્ઠો માસ: શરીર ફૂલે અને વજનદાર જણાય, આંખેા આગળ કાળા ડાઘ દેખાય અને ઘણી વખત રેાગીને અવારનવાર પેશાબ જવાની અસર થાય છે.

સાતમેા અને આઠમેા માસઃ-પેટનેા ભાર ઘણેા વધી જાય છે. ઊઠવું, બેસવું ગમતું નથી. બેચેની જણાય છે. કેાઇ કેાઇને કયારેક લેાહીનેા ડાઘ દેખાય.

નવમેા માસઃ અંધારા અને ચક્કર જેવું જણાયા કરે છે, ચહેરેા ઊતરેલેા જણાય છે, કેાઇ સાથે વાત કરવાનું મન થતું નથી અને ખાવાની પણ અરૂચિ થાય છે.

ઉપચારઃ- પહેલે માસે થતી તકલીફ માટે ખૂબ દૂધ લેવું અને પ્રવાલ ભસ્મ બબ્બે રતી સવારસાંજ મધ સાથે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આપવાથી ફરિયાદ દૂર થાય છે આ પ્રયોગ પ્રસૂતિ થાય ત્યાં સુધી કરવો હિતકર છે.

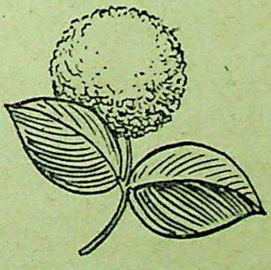
બીજે માસે થતી તકલીફો માટે ઉપરનો પ્રયોગ તથા સુવર્ણ માક્ષીક રતી ૧ ઉપરના ઔષધથી મેળવી આપો.

ત્રીજો અને ચોથો માસઃ પ્રવાલ ભસ્મ રતી એક, સવારસાંજ ચાલુ મધ સાથે લેવી અને ગર્ભપાલ રસ રતી એક, સવારસાંજ દૂધ સાથે લેવી જ્યારે માસિક ધર્મ જેવું જણાય ત્યારે રસવંતી અકેક આનીભાર પાણી સાથે સવાર-સાંજ લેવી.

પાંચ, છ, સાત અને આઠમો માસઃ આ મહિનાઓ દરમ્યાન રોગી કે નીરોગીઓએ પ્રવાલ રતી ત્રણ, સુવર્ણ માક્ષીક રતી એક, ગર્ભપાલરસ રતી એક, સાથે મેળવી, મધ સાથે સવારસાંજ લેવી.

નવમે માસે ઔષધોમાં બે રતી ગોદંતી હરતાલ લેવી ઉપયોગી છે.

<u>સૂચના</u>:- દોડવું નહીં અને કસરત કરવી નહિ.



CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પુરૂષોનાં દર્દો

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પુરૂષોના દર્દો

<u>સ્વપ્ન દોષ</u>:–આ રોગ યુવાનીમાં ઘણે મોટે ભાગે થાય છે અને વિચારો, વાતાવરણ તથા હસ્તદોષાદિક કુટેવોમાંથી તે જન્મે છે.

બાળપણની ખરાબ સોબત અને સમજની ખામીને કારણે આ રોગ ૮૦ ટકા યુવાનોમાં આવી રહે છે અને અને પરિણામે શરીરનું હીર ચુસાઈ જઇ યુવાન અકાળે વૃદ્ધ બને છે.

આ રોગ ૧૬ વર્ષના બાળકથી ૪૫ વર્ષની વય સુધી ઘણો જોરમાં રહે છે અને ત્યારબાદ માનવીની શકિત પ્રમાણે તે જણાય છે પણ છતાંએ ૫૬ વર્ષ સુધી તેની પુરૂષો પર રોગરૂપે જોરમાં છાયા રહે છે અને બાદ આ રોગ ધીરો પડે છે. ઘણા શકિતશાળી ખોરાકો અને વીલાસી જીવન પણ આ રોગને આમંત્રણમાં કારણભૂત બને છે.

<u>લક્ષણો</u>:– ત્રીજા પહોરે મોટે ભાગે સ્વપ્નાં આવી ધાતુ જવી અને કપડાં ખરાબ થવાં એ મુખ્ય લક્ષણ છે કોઇ કોઇને આ રોગ પહેલા અને બીજા પહોરમાં પણ થાય છે અને કોઇ કોઇને છેક મોડી સવારે પણ તેનો હુમલો થતો જાણવામાં આવ્યો છે. ઘણી વખત સ્વપ્નો આવી અને તદન પાણી જેવો પદાર્થ નીકળી પડે છે. શરીરમાં નબળાઇ જણાય છે. ચહેરો ઉતરી જાય છે. ઘણી વખત હાથપગમાં કળતર થાય છે. માથાનો સખ્ત દુ:ખાવો રહે છે, જીવ ગભરાય છે કામમાં ચિત્ત લાગતું

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

નથી, શરીરમાં ઘણી વખત દુ:ખાવો થાય છે અને બેચેની જણાય છે.

કારણો: દિવસ દરમ્યાન ખરાબ વિચારો, અતિ ભારે અને ન પચી શકે તેવા ખોરાકો, તળેલાં વાસી અને લુખાં ભોજનો, રાતના ઉજાગરા, સખત મસાલાવાળા ખોરાકો, થાક, અતિ કસરત, કબજીયાત, ખોટી ગરમી હસ્ત દોષ, ખરાબ સંગત, મોહ, અતિ ગરમીમાં રહેવું અને મૂત્રાશયના રોગોમાંથી તે જન્મે છે. મોડી રાત્રે ભોજન પણ આ રોગ માટે કારણભૂત છે.

ઉપચાર નં. ૧. :- શુદ્ધ કરેલુ ઝેર કોચલુ રતી એક, ગોખરૂ રતી ત્રણ સાથે મેળવી દરરોજ રાત્રે દૂધ સાથે લેવું અને સવાર સાંજ ગળો એક આનીભાર, ગોખરૂ એક આનીભાર, અને આમળાં એક આનીભાર લઇ તેમાંથી બે ભાગ કરી જમ્યા પહેલાં કલાક પહેલાં દુધ સાથે લેવાં.

ઉપચાર નં. ૨. :-એખરો તો. એક, લઇ તેને સાફ કરી અરધો શેર દુધમાં નાંખી ગરમ કરી ખીર જેવો થઇ, ઘાડો અને ચીકણો બની જાય ત્યારે તેમાં અઢી તોલા સાકર મેળવી સવારસાંજ લેવાથી સ્વપ્ન દોષમાં ફાયદો થાય છે.

ઉપચાર નં. ૩ :-કૌંચા ચૂર્ણ એક આનીભાર, અને ગોખરૂં એક આનીભાર, સાથે મેળવી સવારે નરણા અને રાત્રે સુતી વખતે નરમ દુધ સાથે લેવાથી આરામ થાય છે.

ઉપચાર નં. ૪. :-શતાવરી બે આનીભાર, દરરોજ રાત્રે ગરમ દુધ સાથે લેવાથી ફાયદો થાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સૂચના:– દરરોજ હાથપગ ધોઇ અને સુવું, ભારે ખોરાકો છોડી દેવા બની શકે તો રાત્રે ભોજન છોડી દેવુ. ઉજાગરાઓ કરવા-નહિં, ટુંકુ કે મસાલાવાળુ ભોજન કરવું નહિં, હસ્તદોષાદિક કુટેવોને વિસારે પાડવા એકાંત વાસથી દૂર રહેવું, સુતી વખતે વિચારો કાબુમાં રાખવા માટે પ્રાર્થના જેવા નિયમો રાખવા અને કેળવવા દરરોજ નિયમિત થોડી કસરત કરવી. દાંત અને મોઢુ સુતી વખતે સાફ કરીને જ સુવું અને પેટ સાફ રાખવા ગુલકંદ હરડે કે ઇસફગુળ જેવા નિર્દોષ પ્રયોગો કરવા હિતકારક છે.

"હસ્તદોષ"

હસ્તદોષની કુટેવ અને આજનો ઉગતો તરૂણો એ બન્નેને એવો ઘાટો સંબંધ છે કે મુછોનો દોરો ફુટે ન ફુટે ત્યાં તરૂણાવસ્થામાં પ્રવેશતું બાળક કુસંગે ચઢી જઇ આખા શરીરને બાલ્યાવસ્થામાં જ મૂળમાં કુહાડો મારી અકાળે વૃદ્ધ બનાવે છે. આ રોગ દેશભરનાં બાળકોમાં લગભગ ૮૦ થી ૯૦ ટકા જેટલો પેઠો છે અને કામકાજના અભાવે કે ખરાબ સંગતને કારણે તરૂણોનો મોટે ભાગ આ રોગનો ભોગ બનતો જાણવામાં આવ્યો છે. બીજા દેશોમાં પણ તરૂણાવસ્થામાં પ્રવેશતાં બાળકોમાં આ રોગ થતો જાણવામાં આવ્યો છે પણ હિંદ કરતાં ઘણાજ ઓછા પ્રમાણમાં થતો જણાયો છે. અનેક યુંવાનો આ જીવલેણ રોગથી કંટાળી તેમાંથી નીપજતાં માઠાં પરિણામોનો ભોગ બની આપઘાત કરવા તૈયાર થતા જાણવામાં આવ્યા છે અને અનેક તરૂણો જીવનની એ અવસ્થા કે જ્યારે રોમ રોમમાં તાકાત ઝળકે અને યૌવન લચકાય ત્યારે તેની

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

મીઠાશ માણવાને બદલે એ અવસ્થાનો ઉપભોગ કર્યા વગર જ સીધા વૃદ્ધાવસ્થાને પામે છે.

આ પ્રશ્ન આજે અનેક સુધરેલા, ભણેલા ગણેલા અને સંસ્કારી યુવાનોને પણ મુંઝવે છે કારણ કે બાળપણની ખરાબ સોબતને કારણે પડેલી કુટેવોનાં પરિણામે તેમને અનેક વખત જીવનભર પણ છોડતો નથી.

<u>લક્ષણો</u>:- રોગી દીવસે દીવસ ક્ષીણ થતો જાય છે, અકાળે વૃધ્ધ બને છે, યુવાનીનો ખ્યાલ સરખો પણ તેઓને જોવા મળતો નથી. જીવન હારી બેસે છે, અંગે અંગમાં કળતર જણાય છે, હાથપગ તૂટે છે, ચહેરો ફીકકો પડી જાય છે, ખોરાક પચતો નથી, કામમાં મન ચોંટતુ નથી, હૃદય પર ચિંતાનો ભાર હોય તેમ જણાયા કરે છે, બુરાં સ્વપ્નો ઘણી વખત આવી આથી સ્વપ્ન દોષ થાય છે અને ઘણી વખત વગર સ્વપ્નોએ પણ ધાતુસ્રાવ થઈ જઇ અશકતિ આવી પડે છે. મગજ શકિત ક્ષીણ થાય છે, કોઇની વાત રૂચતી નથી, થોડા કામમાં અતિશય થાક લાગે છે નપુંસકતા પણ ઘણા તરૂણોમાં આવી પડે છે અને અનેક જુવાનો સંપૂર્ણ જીવનનું સુખ ભોગવી શકતા નથી.

ઘણા રોગીઓ તો આ રોગમાંથી નીચું, લોહીનું દબાણ ક્ષય અને દમ જેવા મહા રોગોના ભોગ બનતા પણ જાણવામાં આવ્યા છે.

<u>કારણો</u> :—બાળપણની ગેરસમજને કારણે ખરાબ સોબતથી પડી ગયેલી હસ્તદોષની કુટેવ એ મુખ્ય કારણ છે,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તરૂણાવસ્થા સુધી પહોંચ્યાં પછી લગ્નજીવનની ખામી પણ અનેક વખત આ રોગ તરફ યુવાનોને ઘસડી જાય છે. બ્રહ્મચર્યાશ્રમ અને સાધુના ખોટા સ્વાંગો સજનારાઓ પણ આ રોગનો ભોગ અનેક વખત બનતા જાણવામાં આવ્યા છે.

<u>ઉપચાર નં. ૧.</u> આ રોગીએ દરરોજ સવારથી રાત સુધીમાં બની શકે તો આઠ તાજાં આમળાં ચુસી જવાં અને શતાવરી બે આનીભાર રાત્રે સુતી વખતે ગરમ દુધ સાથે ઉકાળી અને લેવી.

<u>ઉપચાર નં. ૨.</u> કૌચાંચૂર્ણ એક આનીભાર, શુદ્ધ ઝેર કોચલુ એક રતીભાર અને શતાવરી એક આનીભાર સાથે મેળવી દરરોજ સવારસાંજ ૦। શેર ગરમ દુધ સાથે લેવું.

<u>ઉપચાર નં. ૩.</u> :–એખરો તો. એક, દુધ શેર અરધો અને ખાંડ તોલા અઢી સાથે મેળવી જેમ ચોખા અને દુધની ખીર બનાવીએ છીએ તેમ બનાવી દરરોજ સવારે નરણા અને રાત્રે સુતી વખતે બે માસ નિયમિત લેવી.

<u>ઉપચાર નં. ૪.</u> :–ગોખરૂનું ચૂર્ણ રતી ૭ અને શતાવરીનું ચૂર્ણ રતિ ૭ સાથે મેળવી દરરોજ સવારેસાંજ બે માસ નિયમિત દરેક વખતે પાશેર ગરમ દુધ સાથે લેવાથી આરામ થાય છે.

<u>ઉપચાર નં. ૫.</u> :–અકેક આનીભાર, શિલાજીત સવાર સાંજ નિયમિત દુધ સાથે લેવાથી બે માસમાં ફાયદો થાય છે.

<u>ઉપચાર નં. ૬.</u> :–ઔષધી નં. ૯૫ ઘરમાં રાખજો નામની પહેલું સુખ તે જાતે નર્યામાં આવતી કટારની

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ગોળીઓ બબ્બે સવારસાંજ પાણી સાથે બે માસ લેવાથી ફાયદો થાય છે.

નં. ૯૫ ઔષધ બનાવવાની રીત પરિશિષ્ટમાં જુઓ.

<u>ઉપચાર નં. ૭</u>, :-ઇસફગોળ તો. અર્ધો રાત્રે સૂતી વખતે ૦। શેર દુધમાં ઉમેરી અને લેવું અને સવારસાંજ બબ્બે ગોળી ચંદ્રપ્રભા નિયમિત બે માસ સુધી ઠંડા પાણી સાથે લેવાથી ફાયદો થાય છે.

સુચના:- હસ્ત દોષની આદત છોડવા માટે એકાંત વાસ છોડી દેવો, ભારે અને ન પચી શકે તેવાં ભોજન કાયમ માટે બંધ કરવાં, તીખાં અને મસાલાવાળાં ભોજનો આરોગવાં નહિં, ઉજાગરાઓથી દૂર રહેવું, રાત્રે સૂતી વખતે ખરાબ વિચારોનુ સેવન કરવુ નહિં, નિયમિત આહાર વ્યવહારમાં રહેવું, બ્રહ્મચર્યનું સખત પાલન કરવાથી આ રોગ દૂર થાય છે.

"નપુંસક"

આ રોગ પુરૂષોને શરીર કરતાં મનનો વધારે હોય છે અને સેંકડે ૯૦ ટકા આ રોગના ભોગીઓ મનથી જ રોગની અસર નીચે રહ્યા કરે છે.

શારીરીક રીતે આ રોગ ભાગ્યે જ થાય છે પણ મનની નબળાઇને કારણે પણ જ્યારે આ રોગ થાય છે. ત્યારે તેનું પ્રતિબીંબ શરીર પર પડે છે અને પરિણામ ઈન્દ્રિયોને ભોગવવું પડે છે.

આવા રોગીઓ મનની ભ્રાંતિને કારણે વર્ષો સુધી જીવનમાં દુઃખ વેઠી બેસી રહે છે. અને જેવું તેમના મન પરથી રોગ સંબંધી બોજો હળવો બને છે તેવું જ તેનું દરદ વગર ઔષધો પણ દૂર થાય છે અને તેને રોગની ખોટી ભિતી નીકળી જાય છે. આ રોગ ઘણી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વખત ગ્રંથીની ખામીમાંથી પણ ઉદ્દભવે છે અને ઘણી વખત રકતવાહીની કે જ્ઞાનતંતુવાહીનીના નબળાપણાને લીધે પણ આવી પડે છે.

લક્ષણો:- મનની બેચેની, શરીર દેખાવે સારૂં હોવા છતાંયે મનની નિર્બળતાને કારણે અતિ નબળુ, આંખે અંધારા આવવાં, હાથપગનાં તળીયામાં બળતરા થાય છે, આંખો બળે છે, કોઇ પણ કારણ વગર હૃદયમાં ભિતી લાગે છે. નિદ્રા બરાબર આવતી નથી, ભૂખ તરફ અભિરૂચી રહેતી નથી અને ઇન્દ્રિયની સંપૂર્ણ નબળાઇ જણાય છે ઘણી વખત કારણ વગર જ કેવળ પાણી જેવો પ્રવાહી પદાર્થ ઇન્દ્રિયમાંથી વહેતો જણાય કોઇ રાત્રીને પગની પીંડીમાં કળતર થાય છે ઘણા રોગીઓ પેટના દુ:ખાવાની પણ ફરીયાદ કરે છે અને કોઇ કોઇ રોગી આપઘાત કરવાના વિચારો સુધી આવી જાય છે.

કારણો:- (૧) મનની નબળાઇ
(૨) જ્ઞાનતંતુઓની નબળાઇ
(૩) લોહીમાં ખામી
(૪) ઉપદંશ જેવા રોગોમાંથી
(૫) અતિ ચીંતામાંથી
(૬) સખત લોહીના વહેવાની
(૭) હસ્ત દોષથી
(૮) અતિ રોગોમાંથી
(૯) ભિતીથી
(૧૦) અતિ વ્યથાથી
(૧૧) ગ્રંથીની ખામીથી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પહેલાં કારણનો ઉપચાર:- મનની નબળાઇ જ્ઞાનતંતુ-ઓની નબળાઇમાંથી આવે છે. તેથી જ્ઞાનતંતુઓને સતેજ કરનાર કૌચાં એક આનીભાર, વિષતિંદુક એટલે શુધ્ધ કરેલું ઝેર કોચલુ એક રતી સાથે મેળવી સવારસાંજ પાણી સાથે લેવાં તથા મનની નબળાઇ દુર કરવી.

બીજા કારણનો ઉપાય:- કેવળ જ્ઞાનતંતુઓની નબળાઇ હોય ત્યારે ઉપરના ઉપચાર સાથે ચંદ્રપ્રભા-ગોળી-૨ પડીકું લીધા પછી બન્ને વખત પાણી સાથે લેવી.

ત્રીજા કારણનો ઉપાય:- લોહીમાં ખામી હોય ત્યારે પહેલા નંબરના ઉપચાર સાથે સુવર્ણ માક્ષીક અને પીપર બબ્બે રતી મેળવીને લેવાથી ફાયદો થાય છે.

ચોથા કારણનો ઉપચાર:- ચંદનાદી વટી સવારસાંજ અકેક દુધની મલાઇ સાથે મેળવી અને લેવી તથા દરરોજ રાત્રે પાશેર દુધ સાથે બે આનીભાર શતાવરી ત્રણ માસ નિયમિત લેવી. આ પ્રયોગ દરમ્યાન તેલ, મરચું ખટાશ ખાવાં નહિં.

પાંચમા કારણનો ઉપચાર:- ચિંતાનો બોજો ઓછો કરવો અને ૦। શેર દુધ સાથે કવચાં એક આનીભાર અને શતાવરી એક આનીભાર ઉકાળી અને લેવાં.

છઠ્ઠા કારણનો ઉપચાર:- વિદારી કંદ રતી બે, લોહ ભસ્મ રતી એક સાથે મેળવી સવારસાંજ બે માસ નિયમિત મધ સાથે લઇ ઉપરથી ગરમ દુધ પીવું.

સાતમા કારણનો ઉપચાર:- હસ્ત દોષ સંબંધમાં આપેલા ઉપચારોમાં જોઇ લેવા.

આઠમા કારણનો ઉપચાર:- બ્રહ્મચર્યાદીકનું સેવન કરવું અને સવારસાંજ બબ્બે આનીભાર શતાવરી પાશેર દુધ સાથે લેવી.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

નવમા કારણના ઉપચારો :- ભિતી દૂર કરવી અને બલદાણાનો તથા બદામનો પાક બનાવી સવારસાંજ બબ્બે તોલા લઇ ઉપરથી ૦ા શેર ગરમ દૂધ દર વખતે લેવું.

દસમા કારણના ઉપચારો:- જે વ્યથા હોય એ દૂર કરવી અને માલકાંગણાં એક આનીભાર તથા વિદારી કંદ એક આનીભાર સવારસાંજ ૦ા શેર ગરમ દૂધ સાથે લેવાં.

અગીયારમા કારણના ઉપચારો:- અકેક ભીલામા લઇ ૦ા શેર દુધમાં તેને ફોડયા વગર જ ઉકાળી અને ઉકળી ગયા પછી ભીલામા ફેંકી દઇ દુધમાં જોઇતા પ્રમાણમાં સાકર મેળવી દરરોજ સવારે નરણા લેવી અને સાંજે પહેલા નંબરનો લખેલ ઉપચાર અજમાવવો આ પ્રયોગ બે માસ સુધી નિયમિત કરવો; અને ઔષધી નંબર બેની બબ્બે ગોળી સવાર સાંજ દુધ સાથે લેવી.

કોઇ પણ કારણથી આવેલી નબળાઈ માટેનો ઉપાય

- શિલાજીત તો. ૧.
- જબાદ (બીલાડીના અંડ) તો. ૨.
- કેશર તો. ૧.
- કસ્તુરી તો. ૧
- સોનાનાં પાનાં તો.૧
- કૌચાં તો. ૨
- ઝેરકોચલુ (સુધ્ધ) તો. ૧
- વિદારી કંદ તો. ૧
- શતાવરી તો. ૧

બધુ સાથે ઘૂટી તેમાં ગોળી વળે તેટલું મધ નાંખી તેમાંથી ચણા જેવડી ગોળી બનાવી અકેક સવારસાંજ દુધ સાથે બે માસ લેવી અને સાથે ૧૦મા કારણના ઉપચારો કરવા:-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પરચુરણ

દદો

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પરચુરણ દર્દો

<u>બદગાંઠ</u> એક ભયાનક રોગ છે; ભયાનક હોવા ઉપરાંત તે ચેપી પણ છે. આયુર્વેદે સદીઓથી આ રોગને ઓળખ્યો છે અને તેનું સરળ નિદાન સૂચવ્યું છે. એલોપથી આ રોગના નિદાનમાં થોડી મુંઝવણ અનુભવે છે ને તે મેળવવાના તેના માર્ગો સરળ નથી બદગાંઠ, એના જેવા મળતા આવતા બીજા રોગો સાથે થોડે વતે અંશે મળી જાયછે એટલે એના સાચા નિદાનમાં એ રીતે પણ મુશ્કેલી ઉભી થાય છે. અહીં બદગાંઠનો પરિચય આપવામાં આવ્યો છે અને સાચા નિદાન માટે માર્ગ દર્શન કરવામાં આવ્યું છે.

મળતા આવતા લક્ષણોને કારણે નિદાનમાં થતી ભૂલઃ- Infectious mono NEUCLIOUS Virus Infections નામના ચેપી દર્દોમાંથી શ્વાસોશ્વાસ દ્વારા થતા રોગને આયુર્વેદ બદગાંઠને નામે ઓળખે છે. આ રોગના જંતુઓ શરીરમાં પ્રવેશ મેળવી સાથળના મૂળમાં એક ગાંઠ ઉત્પન્ન કરે છે. આ ગાંઠ એટલે બદગાંઠ. એલોપેથી આ રોગને Virus એટલે પાણીમાંથી આવતા ચેપી દર્દોના પ્રકારમાં ઉલ્લેખે છે. ઘણી વખત Glandular fever ના નામથી પણ તેને સંબોધવામાં આવે છે.

બદગાંઠનો રોગ ચેપી છે અને ઘણો ભયાનક છે. તેના મુખ્ય ચિન્હ તરીકે તે સાથળમાં ઓળીંભો નાખે છે અને ત્યાં તેની એક મોટી ગાંઠ થાય છે આથી ભયાનક પીડા થાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

રોગનું મૂળ ગળુ :—આ રોગ આબાલ વૃદ્ધ બધાને જ થાય છે. પણ શરદીનાં રોગમાંથી જન્મતા રોગ તરીકે આપણે તેને ઓળખાવ્યો છે એટલે રોગનું મૂળ હંમેશા ગળામાંથી શરૂ થાય છે. ગળામાં કાંટા કાંટા જેવું થઈ જાય છે અને સૂકાય તેમજ ત્યાં લાલ ચાંઠાઓ પડે છે. ઘણી વખત આજુબાજુના ભાગમાં સોજો આવે છે અને આસપાસની ગ્રંથિઓમાં સોજો આવી ગરદનના હરવા ફરવામાં પીડા થાય છે. મોટે ભાગે સાધારણ તાવથી તેની શરૂઆત થાય છે પણ ઘણી વખત ૧૦૦° સુધી પણ જાય છે; ઠંડી લાગે છે ચક્કર આવે છે અશક્તિ જણાય છે અને પરસેવો વળી તેના તાંણા વાણામાં સોજો આવી તેમાં દુઃખાવો થાય છે.

પેટમાં દુઃખાવો :—કોઈ કોઈ વખત પેટમાં દુઃખાવો થાય છે અને ઉલટી જેવું પણ મોટે ભાગે થાય છે. આવું તો લીવરમાં સોજો આવ્યા પછી થાય છે. બરોલ પણ સૂજી જાય છે અને પેટની અંદરની ગ્રંથિઓમાં મોટા ફેરફારો થાય છે કોઇ કોઈ વખત સાથે કમળો પણ થવાના દાખલાઓ જોવામાં આવ્યા છે. ગરદન તદ્દન જડ જેવી બની આમતેમ ફરી શકતી નથી ઘણી વખત આ રોગ સાથે શ્વાસનું પણ રૂંધન થાય છે અને શ્વાસના રોગો જેવા રોગો પણ ઉભા થાય છે. નાક બંધ થઈ જાય છે અને શ્વાસ લેવાનું મુશ્કેલ પડે છે; શ્વાસ નળી અને સ્વરનળી બંન્નેમાં સોજો આવે છે અને તેની આજુબાજુનાં તાંણાવાણાઓ પણ સૂજી જાય છે, પાચક રસ ગ્રંથિઓમાં સોજો દેખાય છે, આંખો લાલ થાય છે અને આંખના પોપચા સૂજી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

જાય છે.

શ્વાસ નળીનાં સોજા:- આ રોગ વિષે તપાસ કરતા શ્વાસનળીનાં સોજા નક્કી દેખાય છે. ઘણી વખત હૃદય પર પણ હુમલો આવે છે અને તેને કારણે ટાઈફોઈડ થવાના વહેમમાં રોગી જાય છે.

રોગનાં બીજા અઠવાડીયામાં શરીર પર લાલ ચાંઠા પણ દેખાય છે અને ઘણી વખત કાળાં ધોળાં એવા ચાંઠાઓ પણ દેખાઈ આવે છે. આવી જાતના ચાંઠા ઘણા તબીઓના મત પ્રમાણે જુદા જુદા ઔષધોના ઝેરમાંથી શરીર પણ નીકળી પડે છે. આજના યુગમાં દરદીનું થુંક અને લોહી તપાસવાની પધ્ધતિ એલોપેથીએ દાખલ કરી છે અને ત્યારપછી જ આ રોગ ઓળખી શકાય છે. જ્યારે આયુર્વેદે ઉપર જણાવેલા લક્ષણો ઉપરાંત સાથળનાં આખા મૂળમાં સખત ગાંઠ જણાય ત્યારે તેને બદગાંઠ તરીકે ઓળખવાની સાદી રીત દેખાડી છે.

બદગાંઠના લક્ષણો બીજા ઘણા રોગને મળતાં આવતા હોઈ તેના નિદાનમાં ભૂલ થવાનો ઘણો સંભવ છે પણ આવા રોગો નિચે પ્રમાણેના હોઇ તે દરેકમાંથી આપણા રોગના થોડા કારણો આ બધા રોગો કરતાં જુદા તરી આવે તેવા હોવાથી રોગનું નિદાન થઈ શકે છે.

મળતા રોગો:- તેની સાથે મળનારા રોગોમા મુખ્યત્વે ઉપદંશ, ક્ષય, ટોઈફોઇડ, મેનીન જાઇટીસ, ચેપી કમળો, તીવ્ર એપેન્ડીસાઇટીસ, પાટ સાઇન્યુસાઈટીસ, ડીપ્થેરીયા, ઇન્ફ્લ્યુએન્ઝા અને કાયમી શરદી--આટલાં

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

રોગો અવશ્ય ઉપરના રોગના લક્ષણો પ્રમાણે લક્ષણો દેખાડી શકે છે પણ સીફીલીસીસમાં શ્વાસનળી અને શરદીને કંઇ લેવા દેવા હોતા નથી એટલે સહેજે એ રોગ તેનાથી જુદો પાડી શકાય છે.

ક્ષયમાં લીવર, બરોળ અને આંખ ત્રણે સાથે ઝડપાતાં નથી એટલે ત્યાં પણ એને છુટો પાડી શકાય. ટાઇફોઈડમાં આંતરડા સિવાઈ બીજો કોઇ ભાગ ઝડપાતો નથી એટલે નિદાનમાં મુશ્કેલી રેહેતી નથી. મેનીનજાઇટીસમાં ઘણો વધારે તાવ એ પ્રથમ નિશાની છે એટલે નિદાનની મુશ્કેલી નિવારી શકાય .

કેટેરલજોન્ડીસ એટલે ચેપી કમળો લગભગ બધા લક્ષણોમાં સરખો હોય છે પણ સાથળ પર તેની ગાંઠ નથી હોતી એટલે ત્યાં પણ નિદાન છુટું કરી શકાય છે. એકયુટ એપેન્ડીસાઇટીસમાં કેવળ પેટમાં જ હુમલો હોય છે જ્યારે શ્વાસનળી સ્વરનળી અને ગળાના બીજા દર્દો છુટા હોય છે.

સાઇન્યુસાઈટીસમાં શરદી, સ્વરનળી અને શ્વાસનળી ઝડપાઈ જાય છે પણ પેટના લક્ષણો જૂદા પડે છે.

ડીપ્થેરીયામાં તાવ અને ગળું ઝડપાય છે પણ સાથળમાં ગાંઠ દેખાતા નથી.

ઈન્ફ્લ્યુએન્ઝામાં અંગે અંગ ગળે છે જે આપણા રોગમાં પ્રથમ કક્ષામાં હોતું નથી અને કોમનકોલ્ડ કેવળ શરીરમાં શરદી સિવાયના બીજાં લક્ષણો દેખાડી શકતું નથી. એટલે તેનું નિદાન પણ આપણા રોગથી જુદું

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પાડી શકાય તેવું છે આ રીતે નિદાન તરફ આવતા વધારાની એક નિશાની એ હોય છે કે સાથળમાં ગાંઠ સાથે લીંગ પર ચાંદા પડે છે અને એ ઉપદંશ વગેરેની દવાઓથી કદી રૂઝાતા નથી.

<u>લક્ષણો</u>:– ઉપદંશ વખતે દરદી બેધ્યાન રહે અને ઉપરના સાથળના મૂળમાં ગાંઠ જણાવા માંડે ત્યારે સમજી લેવું કે આ રોગ બદગાંઠ જ છે. આ રોગમાં ગળુ સુકાય છે અને ગળાની અંદર જોતા લાલ ચાંઠા દેખાય છે જે ગરમીનાં વધુ પડતા પ્રમાણને લીધે પડે છે, ગળામાં સખત દુખાવો થાય છે, ગળુ સહેજ આજુબાજુ ફેરવવામાં મુશ્કેલી પડે છે, સાધારણ તાવ રહે છે અને કોઈક વખત ૧૦૪ ડીગ્રી જેટલો પણ તાવ આવી જાય છે અને દરદીને શરદી જેવું લાગે છે; દરદી અશક્ત બની જાય છે અને જરા પણ શ્રમ લેતા પરસેવો વળવા માંડે છે, કોઈ વખત પેટમાં દુખાવો થાય છે, સાથળમાં ચસકા આવે છે, કોઈ વખત આ બધા ચિન્હો સાથે કમળાના ચિન્હો પણ જણાય છે આ રોગીને કોઇ કોઇ વાર શ્વાસનળીમાં સોજો આવી અવાજ એકદમ ફેરવાઇ ગયેલો માલમ પડે છે, દરદીની આંખ લાલ થઈ સૂજી જાય છે અને દરદ જયારે ભયંકર સ્વરૂપ પકડે છે ત્યારે દરદીને ભાન પણ રહેતું નથી. કોઇક વેળા આ રોગની શરૂઆતથી ટાઇફોઈડ જેવા તાવ પણ આવે છે. શરીર પર લાલ, ધોળાં, કાળાં એવા ચાંઠા તાવ આવ્યા બાદ દેખાય છે, કોઈ વખત હૃદયપર પણ હુમલો થઈ આવે છે, પેટમાં સખત દુઃખાવો ઉપડે છે, આ સૌની

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

શરૂઆતમાં તાવ અને શરદી જ માલમ પડે છે પછી એકદમ આ રોગ ફૂટી નીકળે છે અને કોઈ વખત ધીમે ધીમે પણ નીકળે છે આ રોગનું મુખ્ય લક્ષણ તો સાથળમાં દુખાવો થઈ ગાંઠ નીકળે છે.

કારણો:—ચેપ લાગવાથી, ઉપદંશનો રોગ આ રોગનું મુખ્ય કારણ છે અને ઇન્દ્રિયોમાં કોઈપણ બહારનો ચેપ દાખલ થવાથી. બદગાંઠના જુદાં જુદાં લક્ષણોમાં જુદાં જુદાં ઉપાયો જરૂરી છે એટલે બદગાંઠનો ઉપચાર કરતી વખતે તેનાં લક્ષણો પર ધ્યાન આપવું વધું જરૂરી છે.

<u>ઉપચાર નં. ૧.</u>:—કેળાની અંતર છાલ એક તોલો લઈ તેને દસ તોલા પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી, સવારસાંજ આપવું.

<u>ઉપચાર નં. ૨.</u> :-દારૂડીના મૂળને છાશ સાથે વાટી બદગાંઠ પર લગાડવાથી તેની પીડા ઓછી થઈ જાય છે અને બદગાંઠ પણ ધીમે ધીમે મટે છે. તેની સાથે ધ્રો મળે તો અરધો તોલો સાથે લેવાં.

<u>ઉપચાર નં. ૩.</u>:- ધ્રોના મૂળ બે તોલા લેવા અને તને દશ તોલા છાશ સાથે ઉકાળી અર્ધી છાશ બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ આપવા તથા છાશ સાથે તેનાં મૂળ વાટી બદગાંઠ પર લગાવવા.

<u>ઉપચાર નં. ૪.</u>:- જો બદગાંઠના દરદમાં તાવના લક્ષણ વધુ પ્રમાણમાં હોય તો કરિયાતું ૦। તોલો ઉપર ઉપચાર નં ૩ના ઉકાળામાં ઉમેરવું. અને આ પ્રમાણે ઉકાળો આપવામાં આવે તો તાવ ધીમો પડે છે પણ તાવ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ખૂબ જ જોરમાં હોય તો તેની સાથે એક આનીભાર લોબાન અને એક આનીભાર ગોળ મેળવીને દિવસમાં ચાર વખત આપવાં.

<u>ઉપચાર નં. ૫.</u> :–જો સાથે લક્ષણમાં પેટમાં દુઃખાવો હોય તો અકેક આનીભાર સંચળ દિવસમાં ત્રણ વખત આપવું અને ઉલટી જેવું જણાય તો કપૂરકાચલીનું ચૂર્ણ અરધો આનીભાર સંચળ સાથે મેળવીને આપવાથી ફરિયાદ દૂર થશે.

<u>ઉપચાર નં. ૬.</u> :–જો કમળાનાં લક્ષણો દેખાય તો ધ્રોના ઉકાળામાં, એટલે કે ઉપચાર નં. ૩ ના ઉકાળામાં સોનામુખી ૦। તોલો નાખી એનો ઉકાળો આપવો. શ્વાસરૂંધન થતું હોય તો એ ઉકાળાની સાથે પીપર તોલો અરધો મેળવીને ઉકાળવું અને આ ઉકાળો બેવડો બનાવીને દિવસમાં ત્રણ વખત આપવો. જો આંખ લાલ થવાનાં ચિન્હો દેખાતા હોય તો અકેક આનીભાર ગંધીલોવજ લેવો ઘણો જરૂરી છે.

<u>ઉપચાર નં. ૮.</u>:– જો શરીર પર ચાંઠા નીકળે તો આખા શરીરે સફેદ ચંદન ઘસી તેનું માલીસ કરવું અને તેના પર શંખજીરૂ છાંટવું, સાથે શરદી હોય તો સૂરપીણ તોલો ૦। ઉકાળી સવારસાંજ આપવું

એક સાથે બે ચિન્હો જણાય અથવા તેથી વધારે પણ ચિન્હો જણાય તો જે જે ચિન્હ માટે જે જે ઔષધિ સૂચવવામાં આવી હોય તે બધી સાથે મેળવી ઉકાળીને આપવી અને ઉપરથી લગાવવાની ઔષધિ પણ બે ચિન્હો

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સાથે હોય તો સાથે લગાવવી; ગાંઠ પર દારૂડીનો ઉપયોગ કરવો અને ચાંઠા હોય તો તે પર પણ આગળ જણાવ્યા પ્રમાણે ઉપચાર કરવો.

સૂચના :—આ રોગ દરમ્યાન દૂધ અને ગોળ સિવાય કોઇ ખોરાક લેવો નહિં તેમજ રોગીએ પણ જ્યાંસુધી ગાંઠ દેખાય ત્યાં સુધી બિછાનું છોડવું નહિ. રોગીના કપડાં, વાસણ વગેરે દૂર રાખવા, રોગીના બિછાના પાસે નાના બાળકોને જવા દેવા નહીં અને રોગીને સ્વચ્છ બિછાનામાં સુવાડવો તથા ઓરડો પણ સ્વચ્છ રાખવો જરુરી છે.

સારણગાંઠ

આંતરડાની વૃધ્ધિનો રોગ :—

સારણગાંઠ (Hernia) નો રોગ મૂળ પ્રચલિત છે. આપણે ત્યાં ૨૫૦૦ વરસ પહેલાંથી—ચરકના યુગથી એ રોગ આંત્રવૃદ્ધિને નામે ઓળખાતો આવ્યો છે. આ સારણગાંઠ આપણી દૃષ્ટિમાં કેવળ આંતરડાંનું અંડકોષમાં ઉતરી આવવું એટલાં જ મર્યાદિત અર્થથી જાણીતું છે. આટલી વૈજ્ઞાનિક હકીકત એ સમયમાં તો બીજા કોઇ પણ દેશમાં જાણીતી નહોતી. પણ સામાન્ય રીતે આ રોગ ઓળખાય છે તે અર્થમાં કોઈ સડો કે વિકાર નથી પણ શરીરના જુદાં જુદાં ભાગોમાં જુદી જુદી બખોલો છે (જેને cavity ને નામે ઓળખવામા આવે છે) એ વિભાગોમાંમાંથી અંદર રહેલાં માંસ વગેરે ભાગો પોતાનું સ્થાન છોડી બીજા સ્થાનમાં જાય તેને Hernia એટલે કે સારણગાંઠના નામથી ઓળખવામાં આવે છે. ખરી રીતે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તો આ દર્દ ગાંઠ પણ નથી, એટલે સારણગાંઠ શબ્દ વાપરવો બરાબર નથી.

આજથી ૨૧૦૦ વર્ષ પહેલાં શોધાયેલો આંત્રવૃધ્ધિ શબ્દ કેવળ નીચે ઉતરતાં આંતરડાં માટે વપરાયો હશે એમ લાગે છે. એટલે કે એ સમયના સંશોધકોએ આંતરડું નીચે જવાના રોગને આંત્રવૃધ્ધિને નામે સંબોધ્યું હોય એમ જણાય છે.

આજે આંત્રવૃધ્ધિનો આટલો જ મર્યાદિત અર્થ પૂરતો નથી. કારણ કે તબીબી વિજ્ઞાને Hernia એટલે કે સારણગાંઠની ૭૨ જેટલી જાતો શોધી કાઢી છે. આ Hernia મગજમાં પણ થઇ શકે, છાતીમાં અને પેટમાં પણ થઇ શકે.

સારણગાંઠની ઘણી જાતો હોઇ કેવળ જાણીતી જાતોની જ ચર્ચા આપણે કરીશું.

<u>સારણગાંઠના પ્રકારો અને કારણો:</u>

સારણગાંઠના જાણીતા પાંચ પ્રકાર છે. એના પેટા પ્રકારો પણ છે. એનું વર્ણન પણ પાંચ પ્રકારની સાથે આવી જશે.

<u>લક્ષણો</u> :–Inguinal Hernia ને નામે જાણીતી સારણગાંઠ એટલે સાથળનાં મૂળ પાસે રહેતા નાળા જેવો એક ભાગ જેમાંથી માંસપેશીઓ નબળી પડવાથી તે ભાગ વધારે પહોળો થઇ જાય છે અને તેમાંથી આંતરડું અંડકોષ સુધી નીચે ઉતરવા માંડે છે જેને Inquinal Hernia

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ને નામે ઓળખવામાં આવે છે. આમાં બે પ્રકાર છે. એકને Direct Inguinal Hernia અને બીજાને Indirect Inguinal Hernia ને નામે ઓળખવામાં આવે છે.

બીજી જાતને Umbilical ને નામે ઓળખવામાં આવે છે. આ જાત ડૂટીમાંથી શરૂ થતી જાત છે અને ડૂટી પર જ તેનો દુઃખાવો અને સોજો હોય છે.

ત્રીજી જાત Ventrical Hernia ને નામે ઓળખાય છે. આ જાતમાં પેટની દીવાલોમાં સોજો હોય છે પેટની દીવાલોની આસપાસ દુખાવો રહે છે અને તે બધા ભાગમાં બેચેની જેવું જણાય છે.

ચોથી જાતને Femoral Hernia નામે ઓળખવામાં આવે છે આ જાત નાની Femoral નામની પાછળના ભાગમાંથી છેક પગ સુધી પસાર થતી એક રક્તવાહિનીમાંથી ઉત્પન્ન થતી જાય છે.

પાંચમી જાતને Strangulated Hernia ને નામે ઓળખવામાં આવે છે. આ જાત ઝડપથી આવી પડે છે અને મોટે ભાગે અકસ્માત વીગેરે કારણોમાંથી થાય છે.

આવા પ્રકારોમાં કેટલીક વખત અપચો સ્વભાવગત બને છે. આંતરડાંમાં ત્રણ વિભાગમાંથી એક વિભાગમાં દુખાવો હોય છે. આંતરડાં અનિયમિત બની જાય છે આંતરડાંના પડોમાં સખત દુઃખાવો થાય છે. ઘણી વખત આંતરડું અંડકોષમાં ઉતરી પડે છે. શરીર નંખાઇ જાય છે. પેટમાં સખત દુખાવો થાય છે. ઉલટી થાય છે અને

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

મોળ આવે છે, રોગી ઘણી વખત બેભાન પણ થઈ જાય છે.

કારણો :–પડી જવાથી, વધારે પડતું વજન ઉંચકવાથી, વધારે પડતો શ્રમ લેવાથી, આખો વખત ઉધરસ આવવાથી, ઘણા જોરથી છીંક ખાવાથી, લાંબા વખતની બાદીથી, અતિ અબ્રહ્મચર્યથી, વારસાગત, અવિકસીત માંસપેશીઓને કારણે, ઓછું વજન હોવાથી માંસપેશીઓને પુરૂ પોષણ ન મળવાથી, અતિ મેદને કારણે, અને ઘણી વખતે સગર્ભાવસ્થા ઉપરા ઉપરી આવવાથી. સારણગાંઠના આ મુખ્ય કારણો છે. આ કારણો સાથે ઘણી વખત અમુક જાતની વિશેષ મુશ્કેલીઓ આવે છે ત્યારે એક સાથે બે જાતની સારણગાઠ તેમજ ઘણી વખત અનેક બીજા નાનાં નાનાં દર્દો ઉત્પન્ન થાય છે.

ઉપચાર :–ઘણા લોકો આને ગાંઠ માનીને વાયુના ઉપચાર કરે છે, તો કોઇ ગાંઠ ગાળવાના ઉપચાર કરે છે પણ ખરી રીતે ગમે તે જાતની સારણ હોય તો પણ માંસપેશીઓના ખસી જવાથી નાળાનું મોઢું થઇ જવું અને તેનાથી જુદાં જુદાં પ્રકારે રોગનું થવું એ આ રોગનું મુખ્ય મૂળ છે.

ખોટા ઉપચારો કરશો નહિ :–

આ સંજોગોમાં શરીરમાની બીજી માંસપેશીઓને નુકશાન કરી શરીરમાં વિવિધ ઉપચારોથી નવા રોગ નોતરવાની પ્રથા દાખલ કરવા કરતાં આવા ઉપચારોથી દૂર રહેવું એ એકજ સલામત માર્ગ છે. ઘણા તબીબો ઔષધોથી મટાડી દેવાની વાત કરતાં જણાય છે પણ ઉપરની હકીકત ધ્યાનમાં

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

લેતાં સહેજે સમજાશે કે કોઇ પણ ઔષધ ઉપરને કારણે આવા રેાગોને સારા કરવા માટે ઉપયેાગી હોઇ શકે જ નહીં અથવા એ ફાયદાકારક કરતા વધારે ઘાતક જ હોઈ શકે.

શસ્ત્રોપચારનેા ઉપાય:–

ઉપચાર તરીકે આ રીતે જોતાં ઔષધેાપચાર નકામેા જણાય છે. ઇન્જેકશન ઉપચાર વધારે પીડાકારક છતાં ઘણા લાંબા સમયે ફાયદાકારક છે અને એ રીતે જોતા એ ઉપચારને પણ ઓછું સ્થાન આપવું યેાગ્ય લાગે છે. આ સંજોગેામાં શસ્ત્રોપચાર એક જ સાચેા અને સચેાટ, રેાગને તત્કાળ સારેા કરનાર અને સાદેા ઉપચાર આ રેાગ માટે છે એમ કહી શકાય.

પ્રમેહ

પ્રમેહ આયુર્વેદમાં ૪૩ જાતના વર્ણવામાં આવ્યા છે પણ આપણે આ જગ્યાએ પરમીયા (Gonorrheoae) નામના રેાગ પૂરતું જ મર્યાદિત રાખશું કારણે આ રેાગ ઘણેા ચેપી અને વારસાગત છે.

પરમીયામાં પણ ઘણા પ્રકારેા થાય છે પણ એ પ્રકારેા ઓળખવા માટે જંતુશાસ્ત્રની ઝીણવટમાં ઉતરવું પડે અને તે તપાસ માટે માઇક્રોસ્કોપ જેવા સાધનેાનેા આશરેા પણ લેવેા પડે. આ રેાગ પેશાબદ્વારા, પાણીદ્વારા, ખેારાક-દ્વારા અને ઘણી વખત એક બીજાનાં કપડાંઓમાંથી આવી રીતે આવેલેા હેાય ત્યારે તે ઉપરછલેા હેાય છે અને ભાગ્યે જ રેાગનું સ્વરૂપે ધારણ કરે છે. મેાટે ભાગે તે સંભેાગમાંથી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અને એવા રોગ અનુભવતા રોગીઓ સાથેના સંભોગથીજ આવી પડે છે.

<u>લક્ષણો</u> :–પેશાબમાં ઘણી વખત સખત બળતરા થાય છે અને કોઈ વખત નથી થતી. ઈન્દ્રિયમાંથી રસી નીકળે છે અને ઘણી વખત દુખાવો પણ થયા કરે છે. ઇન્દ્રિયમાંથી ફોલ્લો થાય છે અને ભરાય છે અને ફુટે છે, મન આખો દિવસ રોગમાં જ પરોવાયેલું રહે છે, ચિત્તને શાંતિ હોતી નથી, ઘણી વખત કમ્મરમાં ચસકા મારે છે, જયારે આ રોગ તાજો હોય છે ત્યારે ઉપરનાં તમામ લક્ષણો નજરે પડે છે. ઘડી ઘડીમાં પેશાબ જવાનું થાય છે, પેશાબ ટીપે ટીપે ઉતરે છે, આંખોમાં બળતરા થાય છે, નિંદ્રા આવતી નથી અને ખાવા પીવા તરફ અરૂચિ થાય છે પણ જયારે આ રોગ જૂનો થાય છે ત્યારે તે ઊંડો જાય છે અને ઉપરના ચિન્હોમાંથી કોઇ વખત થોડા ચિન્હો જણાય છે અને કોઈ વખત કંઈ પણ ચિન્હો જણાતા નથી.

<u>કારણો</u> :–ચેપી રોગવાળા સાથે સંભોગ એ મુંખ્ય અને મહત્વનું કારણ છે. આવા ચેપી રોગવાળાઓ સાથેનો લાંબો સહવાસ કોઈ વખત આ રોગ લાવવા માટે કારણભૂત બને છે. આવા ચેપી રોગવાળાના કપડાં, તેની સાથેના અંગત વ્યવહારો પણ આ રોગને આમંત્રણ આપે છે, વારસાગત પણ આ રોગ આવે છે.

<u>ઉપચાર</u> :–ચંદનાદીકવાથ પ્રવાહી ડ્રામ બે, ગોક્ષુરાદી કવાથ પ્રવાહી ડ્રામ બે, બન્ને સાથે મેળવી તેનો એક

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ભાગ બનાવી દિવસમાં ચાર ચાર કલાકને અંતરે ચાર વખત લેવા તથા ચંદ્રપ્રભા ગોળી બે દર ભાગ લેતી વખતે પાણી સાથે દિવસમાં ચાર વખત લેવી. ગોક્ષુરાદી કવાથ અને ચંદનાદીકવાથ વિષે પરિશિષ્ટમાં જોઇ લ્યો

ઉપચાર નં. ૧. :–ચણકબાબનું તેલ ટીપાં ત્રણ, સુખડનું તેલ ટીપાં બે સાથે મેળવી સાકરમાં નાખી દરરોજ સવારે જમ્યા પહેલાં બપોરે, સાંજે અને રાત્રે જમ્યા પછી લેવું.

ઉપચાર નં. ૨ :–વાંસનાં પાનનો રસ ડ્રામ ચાર પાણી ડામ ચાર સાથે મેળવી દિવસમાં ચાર વખત લેવો તથા શિલાજીત અકેક આનીભાર દિવસમાં ચાર વખત પાણી સાથે મેળવી લેવું.

સૂચના :–કપડાં ગરમ પાણીમાં બાફી નાખવા. ભોજનના ઠામ વાસણ ગરમ પાણીથી ધોઇ નાખવા. આવા ચેપી રોગવાળાઓ ભોજન કે સહવાસના વ્યવહારો રાખવા નહિં, મરચું અને મસાલાઓ તથા તળેલાં ખોરાકો ખાવા નહિં. સંભોગાદિક વિષયોથી આ રોગીઓએ દૂર રહેવું.

મધુપ્રમેહ

મધુપ્રમેહના મુખ્ય સાત પ્રકારો છે અને તે નીચે પ્રમાણે છે. વિદેશીઓ મધુપ્રમેહને મુખ્ય પાંચ પ્રકારથી ઓળખે છે. અને તેના પેટા વિભાગો પાડી અને અગીયાર પ્રકારો બતાવ્યા છે.

૧ મધુપ્રમેહ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

૨ ઉદકમેહ

૩ રક્તમેહ

૪ સુરામેહ

૫ હારિદ્રમેહ

૬ શર્કરામેહ

૭ પૂયમેહ

ઉપરના સાત પ્રકારોમાંથી મુખ્ય પ્રકાર ત્રણ આ જગ્યાએ ઉપયોગી છે જેના વિષે આપણે જોઈશું.

(૧) મધુપ્રમેહ Diabities Mellitus

(૨) શર્કરામેહ Glycosuria

(૩) ઉદકમેહ Diabities Insipidus

ત્રણેય પ્રમેહનો અર્થ લોહીમાં સાકર જરૂરીયાત કરતાં ઘણી જ વધારે પ્રમાણમાં વધી જઇ અને પેશાબમાં દેખાય તેને મધુપ્રમેહના નામથી આપણે ઓળખીએ છીએ. મધુપ્રમેહ આ ત્રણેય જાતોમાં બધાથી વધારે ખરાબ જાત છે.

<u>લક્ષણો</u>:- અતિ તૃષા લાગવી, વગર કામે અતિશ્રમિત જણાવું, અતિ નબળાઇ જણાવી, વજનનું ઓછું થવું, લઘુશંકા વખતે જરા તકલીફ થઇ પછી લઘુશંકાનું થવું અને દર થોડા અંતરના સમયે, કબજીયાત મુખ્ય નિશાની છે, પગના ગોટલામાં સખત દુખાવો થાય છે, વિભાગોમાંથી ચેતન ચાલ્યું જાય છે, નપુંસકપણુ અને શરીરે ખુજલી આવવી એ પણ ખાસ લક્ષણો છે, ઇન્દ્રિયમાં લોલુપતા જણાય છે, અતિ લઘુશંકાની ઇચ્છા જણાવી, અનિંદ્રાપણું જણાય છે, અતિ ભૂખ લાગે છે, ઘૂંટણના

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સાંધાઓના વ્યવહારમાં ખામી આવે છે. ઘણા દરદીઓને ઉપરની ચૌદ ક્રિયાદોમાંની એક પણ જોવામાં નથી આવતી પણ તેઓની એકાએક નજર બંધ થઇ જાય છે અથવા મોતિયો આવે છે.

સ્ત્રીઓમાં આ દરદવાળાઓને ઘણી જ નાની વયે માસિક બંધ થઇ જાય છે, આ દરદ આબાલ વૃદ્ધ દરેકને થાય છે, યુવાનોમાં શરૂઆત ઘણી જ જોરથી થાય છે. જ્યારે વૃદ્ધોમાં ઘણું જ ઓછું જોરવાળું જોવામાં આવે છે. આ દરદ તીવ્રરૂપે (Acute) અને આસ્તે આસ્તે (Chronic) જોવામાં આવે છે. ઘણી વખત પેશાબમાં સાકર જતી હોવા છતાં મધુપ્રમેહની હસ્તી હોતી નથી કારણ કે મૂત્રપિંડોમાંથી ઘણી વખત સાકર જાય છે, જે માત્ર ઉપવાસ જેવા ઉપયોગથી મટી જાય છે તેથી કેવળ પેશાબમાં સાકર જોઇ એને મધુપ્રમેહ માની લેવું ભૂલભરેલું છે.

કારણો:– અતિઆહાર, અતિમૈથુન, કસરત ન કરવાથી, મગજનું અતિ કામ કરવાથી, અતિ કેફી પીણાંઓ અને ખરાબ આદતોથી, ઓચિંતો માનસિક ફટકો લાગવાથી, માનસિક તાકાતથી માણસને વધારે કામ આપવાથી, ખૂબ ખાવાથી, અતિ ચિંતા, વધારે કાંજીવાળા ખોરાકો ખાવાથી પણ આ દરદ થાય છે એમ કેટલાક માને છે, પણ ખાસ કરીને મધુપ્રમેહ થયા પછી કાંજીવાળા ખોરાકો વધારે ખાવામાં આવે તો દરદ ઘણું વધી જાય છે, વારસાગત પણ આ દરદ આવે છે. અતિ એડ્રેનલીન લેવાથી, મગજની ચોથી ધમનીમાં કાણું

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પડવાથી, માનસિક ઝટકો લાગે ત્યારે ચોથી ધમનીમાં કાણું પડે છે અને જ્ઞાનતંતુની શક્તિ બંધ પડે છે અને આ દરદની ઘણા જ સખત રૂપમાં ઉત્પત્તિ થાય છે. તેથી જીભ સૂકી પડે છે, શરીર નિસ્તેજ અને ખરબચડું બને છે અને પેશાબ ઘણો ઘાટો અને વજનદાર બને છે.

આ દરદ મટાડવા માટે ઔષધિરૂપે દરેક શાસ્ત્રના જુદાં જુદાં મતો છે પણ બધાનો ઓછા, નિયમિત અને જરૂરીઆત પૂરતા ખોરાકો લેવા તે પર એકમત છે. થોડા મતભેદો છે તેમાં લોકો જરૂરિયાતથી ઓછો ખોરાક લેવાનું સૂચવે છે, જ્યારે ઘણાઓ તેથી આવતી નબળાઇ શરીરની શકિત સાચવવામાં મુશ્કેલી ઉભી કરે છે એમ માને છે.

મુખ્ય અડચણો

(૧) બેશુદ્ધિઃ જે દરદ હોવા છતાં અતિ માદક પીણાંઓ પીવાથી થાય છે, ઘણાં જ ભયંકર જોરમાં દરદ હોય ત્યારે થાય છે, અથવા તો મધુપ્રમેહ હોવા છતાં તેની સારવાર ન થઈ હોય ત્યારે થાય છે.

(૨) સાધારણ લાગી જવામાંથી મોટું ચેપી ઘારૂં.

(૩) ગુમડાંઓ.

(૪) ઘારાંઓ.

(૫) કાણાંવાળાં મોટાં ચાંદાંઓ, ખાસ કરી પગ પર.

(૬) હથેલીના પાછલા ભાગ પર ચામડી પર સફેદ ચાઠાંઓ.

(૭) અવયવનું ખવાઇ જવું.

(૮) ક્ષય.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(૯) સસણી.
(૧૦) ત્રિદોષ.
(૧૧) અતિ રક્તસ્રાવ અને તે પણ બંધ ન થાય તેવો.

ઉપરનાં મુખ્ય દરદો મોટે ભાગે મધુપ્રમેહના દરદીને એક યા તેમાંથી બે-ચાર સાથે આવીને ઊભા રહે છે અને દરદીને મુશ્કેલ સ્થિતિમાં સારવાર વિહોણો કરી મૂકે છે.

ઉપરનાં કોઇપણ દરદમાંથી બચવા અને મધુપ્રમેહ દરમ્યાન પણ વગર ઔષધિઓએ સારા રહેવા ખોરાકનું નિયમિતપણું સૌથી મહાન ઉપાય છે. એવો આધુનિક અને પાશ્ચાત્ય શાસ્ત્રીઓનો મત છે. બધી જાતનાં ખોરાકોની નિયમ પ્રમાણે ખાવાની રીત લક્ષમાં રખાય તો આ દરદથી દરદી કદી ન પીડાય. દરદ ઘણા વધારે પ્રમાણમાં હોય તો એકાદ ઉપવાસ કરવો હિતકારી છે. આગળના સમયમાં દવાઓની સારવાર વચ્ચે અઠવાડિએ એક ઉપવાસ નિયમિત જ કરાવતા. નિયમિત ખોરાક લીધા પછી મહિને એક ઉપવાસ કરવો ઘણોજ ઉત્તમ ગણાય.

<u>ઉપચાર નં. ૧.</u> જાંબુના ઠળિયાનું ચૂર્ણ અકેક તોલો દિવસમાં ત્રણ વખત લેવું.

<u>ઉપચાર નં. ૨.</u> મધુનાશીનીનું ચૂર્ણ તોલો ૦ા દિવસમાં ત્રણ વખત પાણી સાથે લેવું.

<u>ઉપચાર નં. ૩.</u> મામેજવો અને મરી સરખે ભાગે તોલો ૦ા લઇ દિવસમાં બે વખત પાણી સાથે લેવાં.

<u>ઉપચાર નં. ૪.</u> શુદ્ધ વછનાગ રતી ૦ા દિવસમાં બે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વખત પાણી સાથે લેવો.

ઉપચાર નં. ૫. ભાંગ રતી ૧ દિવસમાં ત્રણ વખત પાણી સાથે લેવી.

ઉપચાર નં. ૬. ભીલામો રતી ૧/૧૬ પાણી સાથે દિવસમાં બે વખત આપવો.

ઉપચાર નં. ૭. વિદારીકંદનું ચૂર્ણ રતી ૬ દિવસમાં ત્રણ વખત પાણી સાથે લેવું.

સૂચના:- અતિ વજનવાળું શરીર-મુખ્યત્વે ચરબીથી વધેલું, ઉંચાઇ કરતાં વધારે વજન હંમેશાં નુકસાનકારક છે.

અતિ માનસિક બોજાઓથી અને અતિ ચિંતાઓથી તદ્દન દૂરજ રહેવું. કોઇપણ જગ્યાએ ઊઝરડો પણ પડવા દેવો નહિ કારણ કે ચેપ લાગવાથી દરદની હાજરીમાં દરદને અતિ ભયંકર બનાવી મૂકશે અને ઘણી વખત પરિણામે મોટાં ધારાંઓ અને તેવાં જ મહારોગના ભોગી બનવું પડે છે.

દાંતની સખત કાળજી રાખશો. દાંતના પીઢિયાં ખૂલી જાય તેવા પદાર્થો અડકવા દેશો નહિ. પીઢિયાંમાં રસી થાય તેનાથી તદ્દન દૂર રહેશો.

બાદી કદી જ રહેવા દેશો નહીં. જરૂર જણાયે હરડે, ઈસફગુલ જેવાં ઔષધો લેતા રહેશો.

આ દરદને ધકેલવા માટેનું મુખ્ય ઔષધ કસરત છે; તેથી દરદ ન હોય તો પણ કસરત નિયમિત કરવાની આદત રાખશો અને દરદ હોય ત્યારે કસરત કરવાનું કદી જ ચૂકશો નહિ.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ચામડીની કાળજી ઘણીજ રાખશો અને ચાંદુ કે ઉઝરડા પડવાં દેશો નહિ.

વધારે પડતાં ચરબીવાળા ખોરાકો ખાવા નહિં કારણ કે તે ઘણી વખત સાકરવાળા પદાર્થો કરતાં પણ ન પચવાને કારણે આ દરદીઓને વધારે નુકસાનકર્તા નીવડયા છે. વધારે પડતાં સાકર અને કાંજીવાળા ખોરાકોથી દૂર રહેવું. મધુપ્રમેહ જે કુટુંબમાં હોય તે કુટુંબમાં લગ્નગ્રંથિથી જોડાવું એ રોગને નોતરવા બરાબર છે. મહિનામાં બે ઉપવાસો કરવા. બ્રહ્મચર્યાદિક નિયમોનું સખત પાલન કરવું.

બાદી

બાદી એ બધાં દર્દોનું મૂળ છે. આયુર્વેદના ગ્રંથોમાં લખેલું છે કે બધા રોગોનું મૂળ કોપેલો મળ છે. મળ કુપિત થવાથી બાદી થાય છે. બાદી થવાનાં બીજાં કેટલાંક કારણોમાં ખોટો ખોરાક, અનિયમિત આહાર, ઉજાગરા, બેઠાડું જીવન અને શરીરને આવશ્યક તત્ત્વોનો અભાવ એ મુખ્ય છે. આ રીતે ખોરાકનું પાચન થતું નથી અને શરીરમાં અનેક જાતના ઝેરી કચરા ભેગાં થાય છે. આ ઝેર ત્યારપછી શરીરમાં પ્રસરે છે અને પરિ- ણામે તેમાંથી બીજા ઘણા રોગો જન્મ પામે છે.

<u>લક્ષણો</u>: પેટ સાફ નહીં આવવું, શરીર ભારે ભારે લાગવું, અંગ તૂટવું, બેચેની જણાવી, આળસ આવવું, ખરાબ ઓડકાર આવવા, આંખો ભારે ભારે લાગવી, રાતે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સૂતી વખતે હાથપગ તૂટવા, ભૂખ ન લાગવી, શરીર નબળું પડતું જવું, અવારનવાર શરદી થવી, ઘણી વખત આંખો આવવી, કોઈ કોઈ વખત કમરમાં ચસકા નાખવા.

કારણોઃ- બાદીનાં પણ જુદાં જુદાં પ્રકારો અને કારણો છે; બેઠાં રહેવાથી લોહીનું પરિભ્રમણ બરાબર થતું નથી અને ખોરાક પચતો નથી. ઓછા તત્ત્વોવાળો ખોરાક ખાવાથી આંતરડાં અને પાચકરસો પૂરા પ્રદીપ્ત થતા નથી, વધારે પડતા ભારે ખોરાક લેવાથી પાચક રસગ્રંથિઓ પર વધારે વજન આવે છે અને પરિણામે તે સહન નહિ થવાથી કાયમ માટે પાચનશકિત બગડી જાય છે અને બાદીના રોગના ભોગ થવું પડે છે.

ઠંડા પીણાં, આઇસ્ક્રિમ, શરબત, બીડી, સિગરેટ, ચા, કોફી, તંબાકુ; આ સર્વે આ રોગને નોતરવાના સાધનો ગણાય છે. વળી શરીરને પૂરતો આરામ ન મળે તો પણ બાદી થવાનો સંભવ છે.

ઉપચાર નં. ૧. દરરોજ બે માઇલ ચાલવાનું રાખવું અને જમતાં જમતાં અર્ધું લીંબુ પાણીમાં નીચોવી તે પાણી પી જવું.

ઉપચાર નં. ૨. સંપૂર્ણ તત્ત્વ મળે તેવો ખોરાક ખાવો, તળેલાં ટાઢા ખોરાકોનો ત્યાગ કરવો. આ ઉપરાંત ૦। શેર ગરમ દૂધમાં બે તોલા ગરમ ઘી નાંખી સવારસાંજ પી જવું. રાત્રે સૂતી વખતે અરધો કલાક પેટ પર ગરમ પાણીનો શેક કરવો.

ઉપચાર નં ૩. હિમેજ બે આનીભાર, સોનામુખી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

એક આનીભાર, સંચળ એક આનીભાર, આ બધું સાથે મેળવી રાત્રે ગરમ પાણી સાથે લેવું. સાંજે જમવાનું બંધ રાખવું.

ઉપચાર નં. ૪. ઈસફગુલ તોલો અરધો અને પીપર બે આનીભાર સાથે મેળવી સવારસાંજ ગરમ પાણી સાથે લેવું તથા આખા દિવસ દરમ્યાન એક લીંબુ પાણી સાથે લેવું. સવારે વહેલા ઊઠી એક માઈલ ફરવા જવું. શરદીના દરદીએ સાંજે ફરવા જવું.

ઉપચાર નં. ૫. શરીરને અને મનને પૂરતો આરામ આપવો અને રાત્રે સૂતી વખતે ૦। તોલો હિમેજ ગરમ પાણી સાથે લેવી.

ઉપચાર નં. ૬. બ્રહ્મચર્ય પાળવું અને ઉજાગરા દૂર કરવા.

ઉપચાર નં. ૭. ગુલકંદ તોલા બે, સવારસાંજ લઈ ઉપરથી ૦। શેર ગરમ દૂધ પીવું. દરેક જાતના રોગીએ દોડવું ફાયદાકારક છે.

શૂળરોગ

શૂળરોગ કુલ દશ જાતના માનવામાં આવે છે. મુખ્ય ત્રણ પ્રકાર વાતાદિક દોષથી થાય છે. આયુર્વેદનો એવો અભિપ્રાય છે કે વાત વગર કદી શૂળ સંભવતું નથી, તેથી કફ હોય અને શૂળ નીકળે ત્યારે સમજવું કે તે કફની સાથે વાયુનું વહન થયું છે અને તેવાં બે દોષ મળીને ત્રણ પ્રકારના શૂળ બનેલાં છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અજીર્ણથી થતું શૂળ સાતમાં પ્રકારનું છે. પરિણામ શૂળ એ આઠમો પ્રકાર છે. આમ શૂળ અને નીરામ શૂળ એ નવમો અને દશમો પ્રકાર છે. આ પ્રમાણે શૂળના મુખ્ય દસ પ્રકારો કલ્પવામાં આવ્યા છે.

અને તે ઉપરાંત રક્તશૂળ નામે ઓળખાતું શૂળ એ તેનો અગિયારમો પ્રકાર ગણવામાં આવ્યો છે. બે દોષથી થતું શૂળ દ્વિદોષ શૂળને નામે ઓળખાય છે.

લક્ષણો :- (૧) વાતશૂળનાં લક્ષણો: શરીર જડ જેવું ભારે જણાય છે, જઠરાગ્નિ મંદ હોય છે, શરીરમાં સોયો ભોંકાતી હોય એમ જણાય છે, મુખની કાંતિ ફીક્કી પડી જાય છે.

(૨) પિત્તશૂળનાં લક્ષણો: શરીરમાં દાહ થવો, અણગમો ઉપજવો, સખત તરસ લાગવી, મોઢું કડવું થઈ જવું, પરસેવો થવો, પેશાબ કરતાં ઘણી તકલીફ પડે અને મોઢું પીળું થઈ જાય ત્યારે તેને પિત્તશૂળ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે.

(૩) કફશૂળનાં લક્ષણો: છાતીમાં પીડા થવી, ઊલટી થવી, માથાનું ભારેપણું, શરીરનું ભીનાપણું, ખાધા પછી મુખમાં પાણી છૂટવું, અરૂચિ થવી, ખાંસી થવી, જડતા લાગવી, મોઢું ચીકણું અને મીઠું મીઠું લાગે ત્યારે સમજવું કે કફશૂળ છે.

(૪) કફ અને પિત્તથી ઉત્પન્ન થયેલું શૂળ કંઠમાં પાંસળીમાં અને છાતીમાં વેદના કરે છે.

(૫) વાયુ અને પિત્તથી ઉત્પન્ન થતું શૂળ પેઢુ તથા

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ડૂંટીમાં અથવા તે બેની વચ્ચે પીડા ઉત્પન્ન કરે છે.

(૬) વાયુ અને કફથી થયેલું શૂળ છાતી અને ડૂંટી વચ્ચે પીડા ઉત્પન્ન કરે છે.

(૭) આમશૂળનાં લક્ષણો: કફ શૂળનાં તમામ લક્ષણો આમ શૂળમાં જણાય છે અને અન્નપાચન થાય છતાં કફ શૂળનાં લક્ષણો જણાય તો આમશૂળ થયું છે તેમ સમજવું.

(૮) નીરામશૂળનાં લક્ષણો: અન્ન સંપૂર્ણ પાચન થઈ ગયુ હોય અને છતાંયે પિત્તશૂળનાં તમામ લક્ષણો નજરે પડે તો નીરામશૂળ જાણવું.

(૯) અજીર્ણશૂળનાં લક્ષણો: પેટમાં સખત ચૂંક આવી અજીર્ણ થાય છે.

(૧૦) પરિણામશૂળનાં લક્ષણો: અતિ સંપૂર્ણ પાચન થયા પછી જ શૂળ નીકળે છે.

કારણો:– ક્રમવાર કારણો આપ્યાં છે (૧) સૂકા પદાર્થોનું ભોજન, મુખ્યત્વે વાલ, મસૂર, વટાણા, અડદ, મગ, ઘઉં, વગેરે પદાર્થોનું ભોજન કરવાથી અપાન વાયુ મળ અને મૂત્રનો રોધ કરે છે. રોકાયેલો અપાન વાયુ ઉપર ચઢીને વાતશૂળ ઉત્પન્ન કરે છે.

(૨) અતિશય ક્રોધ, તડકામાં ફરવું, અતિશય અગ્નિનું સેવન, શોક–ભયની પીડા, ઉતાવળે ચાલવું, દોડવું, અતિશય પરસેવો થવો, ખાટાં અને તીખાં પદાર્થોનું સેવન, દારૂ પીવાથી અને સૂકા માંસ અને રાયથી.

(૩) દિવસે ઊંઘવાથી, સ્નિગ્ધ ભોજનોથી, મધ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પીવાથી, કસરત નહીં કરવાથી, અતિ ભોજનથી, અતિ ઠંડા દૂધ અને દહીંનાં સેવનથી, અતિ ઠંડા પદાર્થનાં સેવનથી, માછલી અને માંસના સેવનથી.

(૪-૫-૬) ઉપર જણાવેલા કોઇ પણ એકેક દોષના કોઈ પણ એકેક કારણ સાથે બીજા દોષનું એકેક કારણ મળે ત્યારે દ્વિદોષશૂળ ઉત્પન્ન થાય છે. કોઇ વખત વાયુ અને પિ-તનું એકેક કારણ મળે તો કોઈ વખત પિત્ત અને કફ અને વાયુ અને કફ એમ કારણો મળે તો દ્વિદોષ શૂળ ઉત્પન્ન થાય છે.

(૭) કફ શૂળનાં તમામ કારણો આમ શૂળને લાગુ પડે છે.

(૮) પિત્તશૂળનાં તમામ કારણો નીરામશૂળને લાગુ પડે છે.

(૯) અજીર્ણ શૂળનાં કારણમાં તો મુખ્ય કારણ સખત અપચો છે.

(૧૦) પરિણામ શૂળનાં કારણોમાં તો આંતરડાંઓમાં અન્નપાચન થયાં પછી રહી જતાં પ્રક્ષેપક પદાર્થોનું વાયુ સાથે મળી જવું એ જ તેનું મુખ્ય કારણ છે.

ઉપચાર:- કોઇ પણ શૂળ રોગના સર્વસામાન્ય ઉપાય તરીકે પ્રથમ દરદીને ઉપવાસ કરાવવો અને પાચક ઔષધોનો ઉપયોગ કરવો, રેચક ઔષધો આપવા અને ઊલટી કરાવવી. પરસેવો અને શેક આ રોગના મૂખ્ય સિદ્ધાંતરૂપ છે. તેલોનું માલિસ પણ ઘણું ઉપયોગી નીવડે છે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વાતશૂળના ઉપચાર :

(૧) હિંગ્વાદી કવાથ
(૨) સૈંધવાદી ચૂર્ણ
(૩) હિંગ્વાદી ચૂર્ણ
(૪) તાલીસાદી ચૂર્ણ
(૫) એરંડા કવાથ
(૬) બૃહદ હિંગ ચૂર્ણ

પાઠ માટે પરિશિષ્ટમાં જોઇ લ્યો.

આમાંથી કોઈપણ ઉપચાર યોજવાથી આરામ થશે. અથવા ધાણા તોલા બે, અજમો તોલા ત્રણ, પીપર તોલા બે, સૂંઠ તોલા બે, પૂષ્કરમૂળ તોલા અઢી, હિંગ તોલા ત્રણ, મરી તોલા ત્રણ અને નસોતર તોલા છ તથા સિંધવ તોલા ત્રણ મેળવી તેનું ચૂર્ણ કરી તેમાંથી ત્રણ ત્રણ રતી દિવસમાં ચાર વખત ગરમ પાણી સાથે લેવાથી આરામ થાય છે.

પિત્તશૂળના ઉપચાર :

દાડીમાદી ચૂર્ણ, અમૃતાદી ઘૃત, ધાત્રીફળાદિ ચૂર્ણ આમાથી કોઇપણ ઔષધિ લેવાથી આરામ થાય છે. અને શરીરે ચંદન વિગેરે દ્રવ્યોનું લેપન આ રોગનો નાશ કરનાર છે પણ દાડીમાદી ચૂર્ણ વધારે ફાયદાકારક છે.

દાડીમાદી ચૂર્ણ માટે દાડમ તોલા પાંચ, હરડે તોલા છ અને આમળાં તોલો પાંચ લઇ, વસ્ત્રગાળચૂર્ણ કરી, બીજોરાનાં રસમાં ઘૂંટી તેમાંથી બબ્બે રતી દિવસમાં ચાર વખત છાશ સાથે લેવાથી રોગ મુકત થાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કફશૂળના ઉપચાર :

માતુલુંગાદિ ચૂર્ણ આ રોગ માટે શ્રેષ્ઠ છે. એનો પાઠ નીચે પ્રમાણે છે.

આમળાંનો રસ તોલા પાંચ, સરગવનો રસ તોલા પાંચ, સિંધવ તોલા પાંચ, મરી તોલા આઠ, જવખાર તોલા પાંચ, મધ તોલા દસ, આ બધું સાથે મેળવી તેમાંથી અકેક ઔંસ દિવસમાં ચાર વખત લેવાથી આરામ થાય છે.

વાતપિત્તશૂળના ઉપચાર :

પટોલાદિ ક્વાથ આ રોગ માટે ઉત્તમ છે.

પટોલ તોલા પાંચ, અરીઠાંના પાન તોલા પાંચ, ત્રિફળાં તોલા પાંચ, પાણી તોલા ચાલીસ સાથે ઉકાળી પંદર તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાં પાંચ તોલા મધ મેળવી તેમાંથી ચાર ભાગ કરી દિવસમાં ચાર વખત લેવાથી આરામ થાય છે.

વાતકફશૂળનો ઉપચાર :

એલાદિ ચૂર્ણ અને દેવદારવાદિ ઉત્તમ છે.

ત્રિદોષશૂળનો ઉપચાર :

પલાશાદિઘૃત આ રોગ માટે ખાસ ઉત્તમ છે. નીચે પ્રમાણે તે તૈયાર કરી લેવો.

અરડૂસો તોલા પાંચ, અઘેડો તોલા અઢી, ખાખરો તોલા ત્રણ, એખરો તોલા. અઢી, કેળનો કંદ તોલા અઢી, સાથે મેળવી ગૌમૂત્રમાં ઉકાળી ઠંડો કરવો અને પછી તેમાં હિંગ અને. સૂંઠ તોલા ત્રણ નાખી બબ્બે તોલા દિવસમાં

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ચાર વખત લેવાથી આરામ થાય છે.

આમશૂળનો ઉપચાર:

કફ શૂળના ઉપચાર પ્રમાણે કરવો.

નિરામશૂળનો ઉપચાર:

પિત્ત શૂળના ઉપચાર પ્રમાણે કરવો.

અજીર્ણશૂળનો ઉપચાર:

દાડીમાદિ ચૂર્ણનું સેવન કરવું.

પરિણામશૂળના ઉપચાર:

હિંગ્વાદિ ગુટી, ચિત્રકાદિ મોદક અને યવાત્યાદિ ચૂર્ણ ઉત્તમ ઉપચારો છે.

સૂચના:-શૂળના રોગીએ ભોજનમાં તળેલાં અને ઠંડા તેમજ કઠોળના ખોરાકો ખાવા નહિં પિત્તશૂળના રોગીએ ધાણા સાકર અને મધનું ખૂબ સેવન કરવું; બીજા શૂળોમાં ગોળ, સૂંઠ, સુવાભાજી હીંગ અને સિંધવ મુખ્યત્વે ભોજન તરીકે લેવાં હિતકર છે.

સંધિવા

સંધિવા ઘણ પ્રકારના છે. પણ મુખ્ય સંધિવાના પ્રકારોમા તીવ્ર સંધિવા જુનો સંધિવા અને માંસપેશીઓનો મુખ્ય હોય છે. તીવ્ર સંધિવા મોટે ભાગે નાનાં બાળકોમાં અને પુરૂષોમાં સ્રીઓ કરતાં વધારે હોય છે. પણ સ્રીઓમાં ઘણો મોટો ભાગ વીસ વર્ષની નીચેની બહેનોને જોવામાં આવે છે.

લક્ષણો:તીવ્ર સંધિવાના લક્ષણોમાં શરીર આકુ જડ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

જેવું બની જાય છે, મોટા સાંધાઓમાં અને ઘુંટણ, મણી-બંધ તથા ઘુંટીઓમાં દુખાવો શરૂ થાય છે, કાકડામાં ચેપમાંથી પણ તેનો દુખાવો થવાના તથા ગળામાં દુખાવો થવાના લક્ષણો જણાય છે. પહેલાં સાંધાઓમાં લાલાશ આવે છે, સાંધાઓ પર હાથ મુકતા ગરમ જણાય છે અને ભયંકર દુખાવો થાય છે. પાછળથી લાલાશ ઓછી થઇ જાય છે અને એક બાજુનો દુખાવો મટી જઇ બીજી બાજુ સખત દુખવા લાગે છે, નાડી ઘણી જ સખત ચાલે છે, તાવ પણ આવે છે અને ૧૦૧° અને ૧૦૩° ની વચ્ચે હોય છે કોઇકોઇ રોગીઓમાં ૧૦૭° સુધી તાવ જતો જાણવામાં આવ્યો છે. ખાટો પસીનો એ આ રોગની મુખ્ય નિશાની છે અને વાળની નાની નાની ગ્રંથિઓમાં પણ દુખાવો થાય છે. પાંડુ એ આ રોગમાં એક મુખ્ય લક્ષણ તરીકે આવીને ઉભો રહે છે, જીભ પર મોટો સફેદ થર બાજી જાય છે, પેશાબ બહુ ઓછો આવે છે અને ઘણા જ ઘેરા રંગનો દેખાય છે. હૃદયના ધબકારાનો ધબ ધબ ધબ બહાર અવાજ પણ સંભળાય છે. હૃદયમાં દુખાવો અને ઘણી વખત મુંઝારો થયા કરે છે કોઈ કોઈ વખત ચામડી પર મોટા ફોલ્લાઓ ઉઠી આવે છે ગળામાં સોજા થાય છે અને દુખાવો પણ થાય છે. લગભગ આ રીતે ચૌદેક દિવસ ચાલ્યા કરે છે અને પછી તે પોતાની મેળે ઓછો થઇ જાય છે. બાળકોમાં મોટે ભાગે સાંધાઓમાં દુખાવો દેખાતો નથી પણ હૃદયની પીડા અને ગળામાં દુખાવો દિવસે દિવસે વધતો જાય છે બાળકોમાં ઘણી ઝડપથી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પાંડુ રોગ ફેલાય છે.

જુના સંધિવાના લક્ષણો: જુનો સંધિવા મોટે ભાગે આધેડ વયના માણસોને અને ગરીબ લોકમાં વધારે પ્રમાણમાં જોવામાં આવે છે. આ રોગમાં મોટે ભાગે ઘણી વખત એ એકાએક આવી પડે છે અને ઘણી વખત ધીમેથી પણ આવે છે અને સાંધા પર આવેલા સોજા દબાવવાથી ઘણા ઢીલા લાગે છે. મોટે ભાગે કરોડરજ્જુમાં દુખાવો થાય છે, ગળુ એકદમ જડ થઇ જાય છે અને સાંધાઓ ઉઠતાં બેસતાં ભયંકર દુખે છે.

માંસપેશીઓના સંધિવાના લક્ષણો : માંસપેશીઓમાં-જ આ દુખાવો થાય છે અને આખું શરીર ઝલાઇ જાય છે પણ મોટે ભાગે બાળકોમાં અથવા તો પહેલી વીસીમી આ રોગ જોવામાં આવે છે; ઘણી વખત પગ લંગડા જેવા પણ થઇ જાય છે અન કોઇ કોઇ વખત પગમાં જરા પણ ચેતન દેખાતું નથી. પેટ બહાર મોટું થઇ જાય છે. માંડ માંડ હાથ પર વજન આપીને બાળક ઉભું થઇ શકે છે.

કારણો :ચેપી રોગોમાંથી, ગટરમાંથી, અંધારી ઓરડીઓમાંથી, નબળાઇમાંથી, પૂરતાં ખોરાકની ખામીને અંગે, તાવમાંથી, કાકડા એ આ રોગનું ઘણું મહત્વનું કારણ છે, ભિનાશમાંથી, ભેજવાળી હવામાંથી, શરદીમાંથી, બાદીમાંથી, પાંડુરોગમાંથી અને લોહીમાં થતા વિકારોમાંથી આ રોગ થતો જાણવામાં આવ્યો છે.

ઉપચાર: સાદો સોનામુખીનો જુલાબ એ આ રોગ માટે ઉપકારક વસ્તુ છે. પસીનો લાવે તેવા ઔષધો છતાં

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

હૃદય પર જેની અસર ન હોય તેવાં ઔષધો પણ આ રોગ માટે ઘણાજ ઉપયોગી છે. ચોપચીની બે આનીભાર, મેંદીના બીજ બે આનીભાર, ગોખરૂ બે આનીભાર, શતાવરી બે આનીભાર, ચંદન બે આનીભાર, મરી એક આનીભાર, તુલસી એક આનીભાર, હરડે બે આનીભાર, અર્જુનની છાલ બે આનીભાર, આકડાના ફુલ બે આનીભાર, પાણી તોલા દસ બધુ સાથે ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી ત્યારે ગાળી તેમાંથી બે ભાગ કરી, સવારસાંજ નિયમિત બે માસ સુધી આપવું અને ગરમ કપડાં વાટી રાખવાં તથા લીમડાના પાણીનો શેક સાંધા ઉપર આપવો.

<u>ઉપચાર નં. ૨.</u> : કાંચનાર એક આનીભાર, વાયુવરણો બે આનીભાર, મામેજવો એક આનીભાર, પીપર એક આનીભાર, આંબા હળદર એક આનીભાર, બાવળની અંતરછાલ બે આનીભાર, સોનામુખી બે આનીભાર, પાણી તોલા દસ સાથે ઉકાળો, પાંચ તોલા બાકી રહે ત્યારે ગાળી બે ભાગ કરી સવારસાંજ નિયમિત લેવું.

સૂચના: આ રોગીએ ખાટા ખોરાકો ખાવા નહિ.

અર્શરોગ

અર્શરોગ છ પ્રકારના માનવામાં આવ્યા છે અને વિદેશી રીત પ્રમાણે બે જાતના અર્શ મનાય છે–Internal and external piles એ બે જાતોને Bleeding અને Nonbleeding તરીકે ઓળખવામાં આવે છે:

અર્શના આયુર્વેદના પ્રકારો નીચે પ્રમાણે છેઃ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

૧. વાતાર્શ
૨. પિત્તાર્શ
૩. કફાર્શ
૪. સન્નિપાતાર્શ
૫. રક્તાર્શ
૬. પ્રાકૃતિક અર્શ

લક્ષણો: છ પ્રકારના અર્શના જુદાં જુદાં લક્ષણો નીચે પ્રમાણે છે.

(૧) વાત અર્શનાં લક્ષણો: વાયુ કોપવાથી જે અર્શ થાય છે તે ઠંડા હોય છે. તેમાં સોય ઘોંચાતી હોય તેવી વેદના થાય છે, તેનો સ્પર્શ કરકરો હોય છે, તેમાં રોગીને નિંદ્રા આવતી નથી તેને ગોળાનો વ્યાધિ (અષ્ટીલા નામે ગાંઠ) થાય છે અને સોજો આવે છે. તેનું મૂખ, અને આંખ કાળા પડી જાય છે.

(૨) પિત્ત અર્શના લક્ષણો: અર્શની જગ્યાએ અને શરીરે દાહ થાય છે. ફેર આવે છે, તાવ ચઢે છે, સખત તૃષા લાગે છે, સોયો ઘોંચાવા જેવી વેદના થાયછે, ખાવાથી રૂચિ થતી નથી, દાંત, આંખ અને મોઢુ પીળા દેખાય છે અને નરમ ઝાડો થાય છે.

(૩) કફ અર્શના લક્ષણે: અતિ ઉંઘ આવે છે, જડ, ઘટ્ટ અને ઓછી પીડાવાળા અર્શ હોય છે, શરીર સૂજેલું લાગે છે, ઝાડે જતા આમણુ બહાર નીકળે છે અને શૂળ મારે છે, પેટમાં ગાંઠ થાય છે, ભૂખ લાગતી નથી અને નબળાઇ જણાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(૪) સન્નિપાત અર્શના લક્ષણો: આ અર્શના લક્ષણમાં શૂળ નીકળવું, પેટ ચઢવું, અરૂચિ થવી, ખાંસી આવવી, છાતીમાં પીડા થવી, અણગમો રહેવો, સોયો ઘોંચાવા જેવી વેદના થવી, બંન્ને ખભાઓ જડ લાગવા વીગેરે છે.

(૫) રકતાર્શના લક્ષણો: કેવળ રકત ખૂબ પડે છે અને ચહેરો ઉતરી જઇ ફિક્કો પડી જાય છે અને દસ્તની કબજીયાતને કારણે પેટમાં અશાંતિ જેવું લાગ્યા કરે છે.

(૬) પ્રાકૃતિક અર્શના લક્ષણો: આ અર્શમાં અમુક દિવસે જ લોહી પડે છે, અને તે કારણે કાયમની ફિકાશ અને શરીરમાં બેચેની રહ્યા કરે છે. પછી તે ઉપરના પાંચ પ્રકારમાથી કોઇ પણ પ્રકારની પ્રકૃતિ સાથે સબંધમાં હોય તો તે લક્ષણો વિશેષમાં હોય છે.

મુખ્ય નિશાનીઓ: છએ છ જાતના અર્શમાં થતી પીડાની નિશાનીઓ નીચે પ્રમાણે છે.

ગુદામાં ચળ આવે, લોહી નીકળે, મોઢું કરમાઇ જાય તેને વાયુના અર્શ સમજવા. તે અર્શ લાંબા અને વાંકાચૂંકા હોય છે.

દાહ થવો, ઝાડાનો લાલ પીળો રંગ થવો અને ગરમ લોહી ઝરે તેને પિત્ત અર્શ કહે છે.

કઠણ, પાકે તેવા અને મીઠી ચળ આવે તેને કફ અર્શ કહેવાય છે

ઉપરની ત્રણે હકીકતો સાથે હોય તેને સન્નિપાત અથવા ત્રિદોષ અર્શ કહેવા.

દાહ થાય, પીડા ઉપજે, વલુર આવે અને વલુર્યા પછી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

લ્હાય બળ અને આખો વખત લોહી ઝરે તેને રક્તાર્શ સમજવા.

અર્શ રોગ કેવળ ગુદામાં જ થતા નથી પણ માનવીને આઠ જુદી જુદી જગ્યાઓએ થાય છે અને એ આઠ જગ્યાઓ તે.

(૧) ગુદા, (૨) નાસિકા (૩) આંખોની પાંપણ (૪) આંખોની વચમાં (૫) કાનના છીદ્રમાં (૬) લિંગમાં (૭) યોનિમાં (૮) મૂખમાં.

કારણો: છ પ્રકારના અર્શના જુદાં જુદાં કારણો નીચે પ્રમાણે છે

વાતાર્શના સંપ્રાપ્તિ તથા હેતુ–ઉપવાસ કરવાથી, ઓછુ ખાવાથી, રૂક્ષ ખાવાથી, કડવું, ખારૂ અને અતી તીખું ખાવાથી અને પીવાથી, વાયુનો રોધ કરવાથી, મળનો અવરોધ કરવાથી વાયુ પ્રકોપ થાય છે અને તેથી અતિ દુઃખ કરનારા અર્શની ઉત્પત્તિ થાય છે. મળમૂત્રના વેગને રોકવાથી, ઠંડા પદાર્થોનું સેવન કરવાથી અર્શ લોહી સહીત ઉત્પન્ન થાય છે.

<u>પિત્તાર્શ</u> થવાના કારણોમાં તીખા, ખારા, ખાટા, ગરમ, દાહકારક અને ભારે એવા પદાર્થોનું સેવન કરવાથી તથા વાયુ અને તડકાનું સેવન કરવાથી, અતિ મહેનત કરવાથી પિત્તના અર્શ ઉત્પન્ન થાય છે એ કારણો મુખ્ય છે.

<u>કફાર્શ</u> થવાણા કારોણોમાં કસરત નહી કરવાથી, બહુ ઉંઘવાથી, ઠડુ ખાવાની આદતથી, ખૂબ પવન ખાવાથી, અતિ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

દારૂ પીવાથી, અતિશય ખાટું ખાવાથી, અતિશય ચીકણા પદાર્થો ખાવાથી કફાર્શ થાય છે એ કારણો મુખ્ય છે.

સન્નિપાત અર્શ અથવા ત્રિદોષાર્શ થવા પાછળ ઉપરના ત્રણે દોષોના કારણો સાથે મળે ત્યારે ત્રિદોષાના અર્શ ઉત્પન્ન થાય છે એમમનાય છે.

રકતાર્શના કારણોમાં અતિ ગરમી, યતકૃના દરદો, અતિ તાવના ઉથલાઓ, દારૂ પીવાથી અને મગજ પર સખત ચિંતા રહેવાથી રકતાર્શ ઉત્પન્ન થાય છે એમ કહેવાય છે.

પ્રાકૃતિક અર્શ અથવા સ્વભાવગત, બાદીમાંથી, વારસામાંથી, ઉગ્ર સ્વભાવ અને ખોરાક ખાવાની આદતમાંથી પ્રાકૃતિક અર્શ થવા માટેના કારણો રહેલાં છે.

<u>ઉપચાર</u>: અર્શ મટાડવાના આયુર્વેદ ત્રણ જુદાં જુદાં માર્ગો નકકી કર્યાં છે. બહારના અર્શ હોય તેનો લેપ કરીને, વાટો મુકીને તથા સ્વેદલ પ્રયોગોથી ઉપચાર કરવો. ગુદાની વચ્ચે થયા હેય તો શસ્ત્રકર્મથી તેનો ઉપચાર કરવો ઉ-તમ છે. અને આંતરિક અર્શનો અંદર ઔષધો લગાવી ઉપચાર કરવો.

બળ આપનાર અને પિ-ત તથા રકતને શમાવનારી છતાં વાયુને નહિ કોપાવનારી ઔષધિ કોઇ પણ જાતના અર્શ પર કરવી. પ્રથમ પાચનકવાથ કોઇપણ પ્રકારમાં આપવો હિતકર છે.

પાચનકવાથ બનાવવાની રીત :–હરડે તોલો એક, ગળો તોલો અરધો, ધાણા તોલો પોણો, પાણી તોલા પંદર,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

બધું સાથે ઉકાળી તેમાં એક તોલો ગોળ નાખી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ઉતારી, ગાળી તેમાંથી બે ભાગ કરી સવારસાંજ લેવો.

દૂઝતા અર્શ પર ધૂણી આપવી જોઈએ. ધૂણી આપવાની રીત નીચે મુજબ છે:-મનઃશીલ, સૂંઠ, ગુગળ, સરસવ, દેવદાર, પુષ્કરમૂળ, રાળ, બધુ ૦ા તોલો લઈ તેમાં ઘી તોલો ૧ ઉમેરી અગ્નિ પર મુકી તેની ધૂમાડી અર્શ પર આપવાથી પીડા શાંત થાય છે.

અર્શ પર ચોપડવાનો અને ગુદામાં મુકવાનો મલમ નીચેની વસ્તુઓ વડે બનાવી શકાય.

હળદર, ઉપલેટ, ભાંગરો, અળશીના બીજ, સરસવનોરસ બધુ ૦ાા તોલો અને કાંજી તોલા પાંચમાં ઘૂંટી મલમ બનાવી ચોપડવાથી દુખતા કોઈ પણ જાતના અર્શનો દુખાવો દૂર થશે.

કોઇ પણ પ્રકારના અર્શમાં લોહી પડતું હોય ત્યારે બાર રતી રાળનું ચૂર્ણ દિવસમાં ચાર વખત છાશ સાથે અગર સાકરના પાણી સાથે આપવાથી લોહી પડતુ બંધ થઇ જાય છે.

<u>વાતાર્શનો ઉપચાર</u>: દંતીમૂળ તોલો એક, ધાણા તોલો એક, વાવડીંગ તોલો એક, ભીલામાં તોલો અરધો, પીપર તોલો એક, તલ તોલો અરધો, ઉપલેટ તોલો અરધો એ બધાનું સાથે ચૂર્ણ તરી દસ તોલા દુધમાં મેળવી તેનું કલ્ક બનાવવું અને તે દિવસમાં ચાર વખત ૦ા ૦ા તોલો લેવાથી એક માસમાં વાતાર્શનો નાશ થાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વાતાર્શ સાથે રકતાર્શ અથવા બીજા કોઈપણ જાતના અર્શ હોય ત્યારે નીચેના પ્રયોગ ઉત્તમ છે.

સુરણના કંદ ઉપર આંકડાના પાન વીંટી તેના પર લાલ માટીથી કપડછાણ કરવું પછી તેને અગ્નિમાં નાંખવું. પછી જ્યારે લાલધૂમ થઈ જાય ત્યારે તેને કાઢી માટી ઉખેડી નાખી એક તોલો સુરણના કંદમાં એક આની-ભાર સિંધવ અને અરધો તોલો ખોપરેલ તેલ તથા ભીલામાં એક આનીભાર મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત સાથે મેળવી લેવાથી આરામ થાય છે.

<u>પિત્તાર્શનો ઉપચાર</u>:–ષડકચૂરો તોલો એક, ચિત્રક તોલો એક, પૂષ્કરમૂળ તોલો એક, તજ તોલા ત્રણ સુર-ણના કંદના કટકા તોલા છ, માલકાંકણી તોલા બાર, અને સિંધાલૂણ તોલા ચોવીસ, એ બધું સાથે મેળવી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી તેમાં આંકડાના પાનના રસનો પટ દેવો પછી તેમાં ઘી તોલા ૪૮ નાખી એક માટલીમાં ભરી કપટછાણ કરી અગ્નિમાં મુકી દેવું અને તે અગ્નિ તદ્દન ઠંડો થઇ જાય ત્યારે તેમાંથી કાઢી લઇ ૦। તોલો સવાર બપોર સાંજ છાશ સાથે આપવાથી મટે છે.

<u>કફાર્શનો ઉપચાર</u>: સૂંઠ તોલો ૦॥, પીપર તોલો ૦॥, પીપર મૂળ તોલો ૧, મરી તોલો ૦॥, ચિત્રક તોલો ૦॥, વાવડીંગ તોલો ૧, ભીલામાં તોલા ૫, ગોળ તોલા ૧૦ એ બધાને સાથે મેળવી તેમાંથી દરરોજ અર્ધો તોલો સવારે અને અર્ધો તોલો સાંજે ગરમ પાણી સાથે લેવું.

<u>સન્નિપાતાર્શનો ઉપચાર</u>:–એલચી તોલો ૦॥, સૂંઠ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તોલો ૦।, હરડે તોલો ૧; ચિત્રક તોલો ૦॥, બોર તોલો ૧, જીરૂ તોલો ૧, પીપરમૂળ તોલો ૧, સિંધવ તોલો ૦। ભીલામા રતલ ૦॥, સુરણ રતલ ૦॥।, અને ગોળ રતલ સવામાં આ બધું મેળવી તેમાંથી અર્ધો તોલો સવારે અને અર્ધો તોલો સાંજે લેવાથી સન્નિપાતાર્શનો નાશ થાય છે.

રક્તાર્શનો ઉપચાર :-મોથ તોલો ૦।, વાવડીંગ તોલો ૦।, સૂંઠ તોલો ૦।, ચવક તોલો અરધો, તેજબળ તોલો અરધો, હરડે તોલો એક, કચૂરો તોલો ૦।, દંતીમૂળ તોલો ૦।, ઇંદ્રવારણા તોલો અરધો, નસોતર તોલો એક, અને ભીલામો તોલા ૪, વર્ધારો તોલા ત્રણ, સુરણ તોલા ૮ એ બધાને પાંચ રતલ પાણીમાં નાખી સવા રતલ પાણી બાકી રહે ત્યાં સુધી ઉકાળી ગાળીલેવું. તેમાં પોણાચાર રતલ ગોળ નાખી જ્યાં સુધી ઘટ્ટ થાય ત્યાં સુધી પાક જેમ કરવું. એ પાકમાં ચિત્રક તોલો એક, નસોતર તોલો એક, એલચી તોલો એક, તમાલ પત્ર તોલો એક, નાગકેશર તોલો એક, અને લવિંગ તોલો એક એ બધું મેળવી એ પાકમાંથી સવારસાંજ અર્ધો અર્ધો તોલો દુધ સાથે એક માસ ખાવાથી રક્તાર્શનો નાશ થાય છે.

પ્રાકૃતિક અર્શનો ઉપચાર :-આ અર્શમાં કમળનું મૂળ તોલો એક, નાગકેશર તોલો એક, કમળ તોલો એક, ખેરસાલ તોલો એક, ધાવડીના મૂળ તોલો એક, અને દુધ રતલ એક, એ બધાને ઉકાળી દુધ અરધો અરધ થાય ત્યારે તેને ગાળી તેમાંથી બે ભાગ કરી સવારસાંજ લેવાથી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પ્રાકૃતિક અર્શનો નાશ થાય છે.

સૂચના:–અર્શરોગ ઉપર ખાવા જેવા ખોરાકો મુખ્યત્વે મગ, તુવેર, સુવાનીભાજી, ચોલાઇનીભાજી, ઓબાનું શાક, પરવળ, કારેલાં, સાઠીચોખા, ટીંડોરા, સુરણ, રાઇ, બાબચી, ગોળ, છાશ અને ઘી છે. આટલા પદાર્થો અર્શ રોગવાળાએ ખાવા ઉત્તમ છે. કોઇપણ જાતનું માંસ કે દારૂ ઇત્યાદિ પીણું વર્જ્ય ગણવું. રાત્રે ઉજાગરો, ટાઢા ખોરાકો અને ઠંડા પીણાંઓ અર્શવાળા રોગીએ કદી લેવા નહિં. સુરણ અને હરડે એ બે આ રોગને મુળથી કાઢવાના મહાન ઔષધો છે. તેથી કોઇપણ જાતના અર્શમાં તેનું સેવન કરતાં ચૂકવું નહિં.

ઉપદંશ

મુખ્યત્વે કરીને સ્પર્શજન્ય એવો આ ઉપદંશ (ચાંદી) નો રોગ ઘણો પ્રચલિત છે. રોગનો ભોગ બનનારા માનવીઓ એમાં સપડાય છે ત્યારે ગાભરા બનીને દાકતરો પાસે દોડી જાય છે, એનું કારણ એ છે કે માનવ જીવન સાથે અતિ ગાઢ સંબંધ ધરાવતો આ રોગ, જીવનના ભુક્કા કરી નાખનારો એક અતિ ભયંકર રોગ છે. રોગ જેટલો ભયંકર છે તેની સામે તે અંગેનું અજ્ઞાન એથી પણ વધું ભયંકર છે. ખાસ કરીને રોગ વિષે જે ગુપ્તતા સેવાય છે તેનો લાભ દાકતરો સારા પ્રમાણમાં લે છે અને રોગી દાકતરોની એ સારવારમાંથી, ઇંજેકશનોમાંથી જીવનભર ઉંચો આવી શકતો નથી. એક વખત લાગુ પડેલો ચાંદીનો રોગ, વર્તમાન ઉપચારોથી કામ ચલાઉ મટતો જણાય છે ખરો, પણ એનું મૂળ શરીરમાંથી ખસતું નથી.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આમ સ્ત્રી પુરૂષ દ્વારા એ રોગ વારસામાં ઉતરે છે ને પરિણામે અનેક માનવજીવો ભરખાઇ જાય છે. ઉપદંશનો રોગ મુખ્યત્વે સ્પર્શજન્ય છે એ ખરૂં પણ એની સાથે સાથે ઔષધો, ઇંજેકશનો, લોહીનો ચેપ અને ખોરાકદ્વારા પણ તે કોઇક વખત પ્રગટે છે. પશ્ચિમિ વિજ્ઞાને આ રોગ સંબંધમાં વિવિધ શોધખોળ કરી છે અને ખર્ચાળ ઉપાયો સૂચવ્યા છે. આયુર્વેદનું પણ ચાંદીના રોગ અંગેનું સંશોધન વ્યાપક છે. એણે રોગની નાબુદી માટે સહેલી અને સરળ ઔષધિ વનસ્પતિઓ સૂચવી છે.

શરીરમાં સડો ફેલાવતા ૧૧૮ જેટલા ચાંદીના રોગનાં પ્રકાર:–

ચાંદીનો રોગ શરીરનાં જુદાં જુદાં ભાગો પર ફુટી નીકળે છે. આધુનિક વિજ્ઞાને ચાંદીના રોગ વિષે ઘણી શોધો કરી છે અને તે પરથી એ રોગ શરીરના ૧૧૮ વિભાગો પર થાય છે એવું વિધાન કરવામાં આવ્યું છે.

<u>રોગના પ્રકાર</u>: ચાંદીના રોગના ૧૧૮ પ્રકારોમાં મુખ્ય પ્રકાર પર જેટલાં છે; તેમાંથી પણ અતિ અગત્યના પ્રકારો ૧૨ જેટલા છે. એનો અર્થ એ નથી કે બાકીના પ્રકારો ઉપયોગી નથી કે એના પ્રત્યે દુર્લક્ષ કરવા જેવું છે. હકીકતમાં તો તેમાંથી બીજો પ્રકાર, ત્રીજો પ્રકાર વિગેરે પ્રકારો ફૂટી નીકળતા હોઇ એકમાંથી અનેક પ્રકારો બની જાય છે આમ રોગ લંબાયે જાય છે.

આ સ્થળે ચાંદીના રોગના શકય તેટલા પ્રકારો અને તેના ઉપચારોની વિચારણા કરવામાં આવશે. બધાજ પ્રકારો

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

લખતા મોટું પુસ્તક લખવું પડે જે અહીં સંભવિત નથી.

લક્ષણો :–રોગી કોઇ વખત તાવ આવવાની ફરિયાદ કરે છે, કોઇ વખત શરીરપર ચાંદા નીકળે છે તો કોઇ વખત શરીરનાં અમુક ભાગ પરજ નીકળે છે બધું લોહી ગરમ બની શરીર ગરમ ગરમ લાગ્યા કરે છે, બેચેની જણાય છે, શરીર તૂટે છે, ખોરાક ભાવતો નથી, આંખોમાં બળતરા થાય છે, ચિંતા રહ્યા કરતી હોય તેવું લાગે છે ને ઉંઘ આવતી નથી.

રોગ ક્યાંથી આવે છે?

કારણો: ચાંદીના રોગનો જન્મ બે થાય છે (૧) કોઇના લોહી વગેરેમાંથી ચેપ મળવો (૨) સ્ત્રી પુરૂષના સંયોગદ્વારા પ્રસરવો.

આ બે મુખ્ય કારણો ઉપરાંત ઔષધોદ્વારા પણ ચાંદીનો રોગ કોઇ વખત પ્રસરે છે એમ જાણવા મળ્યું છે. ઈંજેકશનની સાઈ, કાપકુપ, એક બીજાના લોહીમાંથી થવાની હકીકત તો જાણવામાં પણ આવી છે કેટલીક વખત બહારના ખોરાકોમાંથી રોગ મળ્યો હોવાનો પગ દાખલો દશ હજારમાંથી એક નોંધાયા છે. વારસાગત પણ! આ રોગ આવે છે.

રોગનું જન્મસ્થાન: પુરૂષની જનનેન્દ્રિય પર થતાં ચાંદાંથી આ રોગની શરૂઆત થાય છે. પાછળથી અને ઘણી વખત સીધી રીતે જ આ રોગ રકતમાં પ્રસરે છે. આની જાણ રોગીને હોતી નથી ને પરિણામે, તે સંબંધીની સારવાર પણ એ લેતો નથી. આનું પરિણામ સ્પષ્ટ રીતે જ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

રોગના કાયમી મૂળમાં આવે છે અને કુટુંબીજનો તેનો ભોગ બને છે.

આ રોગ વારસાગત છે કોઇકને તે બાલ્યાવસ્થામાં જ દેખાવા લાગે છે તો કોઇકને તે ૨૧ વર્ષની ઉંમર થાય ત્યાં સુધીમાં દેખાય છે.

કોઇક વખત બાળકને માબાપ દ્વારા વારસામાં મળતો રોગ હોઠ પર દેખા દે છે. ચાંદીના રોગનો એ એક ખાસ પ્રકાર છે અને કેન્સર જેવું રૂપ ધારણ કરીને એ રહે છે. આનું પરિણામ ભયંકર આવે છે. ભોગ બનેલા માનવીના શરીર પર ચાંદા નીકળી પડે છે; મુખ્યત્વે જનનેન્દ્રિય પર ચાંદા દેખાય છે. કોઈને તેને પરિણામે કેન્સર થાય તો કોઇને લકવા થાય છે. કોઇ આંતરડાના દરદનો ભોગ બને છે કોઈ ફેફસાં તેમણ હ્રદયના રોગનો ભોગ બન્યા હોવાનું જાણવા મળે છે.

<u>ઉપચાર</u>: કેસરાદિ વટી બબ્બે ગોળી દિવસમાં ત્રણ વખત લેવાથી બે માસમાં આ રોગ દૂર થાય છે. આ સાથે રૂદ્રવંતીના પંચાગનો ઉકાળો રોગીને રોગથી સંપૂર્ણ મુકત કરવા માટે વધારે ઉપયોગી છે. પેનીસીલીનના જમાનામાં જ્યારે પેનીસીલીનની અગવડ અને ઘણી વખત પેનીસીલીન મળવા છતાં પણ રોગ સારો ન થાય ત્યારે ઉપરનો ઉપચાર અચૂક બની રહે છે.

<u>બીજા પ્રકારે</u> : ઉપદંશની ૧૧૮ જેટલી વિજ્ઞાને જાહેર કરેલી જાતોમાંથી ૫૨ મુખ્ય જાતો છે અને તેમાં પણ જાતો છે અને તેમાં પણ ત્રણ જાતો અતિ વ્યાપક રીતે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પ્રચાર પામેલી છે આ ત્રણ જાતોમાંથી જ બીજા ફાંટા ફુટે છે અને શાખા પ્રશાખા રૂપે માનવદેહને વીંટી વળે છે.

આ ત્રણ જાતોને નીચેની રીતે પહોંચી શકાય.

(૧ પ્રાથમિક ઉપદંશ (Primary Syphilis)

(૨) પૂર્ણત ઉપદંશ (Secondary Syphilis)

(૩) ચેપી ઉપદંશ (Congenital Syphilis) આ ઉપરાંત ચોથી પણ એક જાત છે જેને અંગ્રેજીમાં Tertris Syphilis કહે છે. પૂર્ણત ઉપદંશમાં ચામડી અને કોમળ પડોમાં મુખ્યત્વે આ રોગ પ્રગટ થાય છે. અને ચામડીનાં ઉપદંશ તરીકે ઓળખવામાં આવે છે.

<u>પૂર્ણત ઉપદંશ</u>: ચામડીનાં ઉપદંશની ઘણી પેટા જાતો છે પેટાજાતોનું વિસ્તારથી વર્ણન કરવા જતા ઘણાં ઉંડા ઉતરવું પડે જે અહીં શકય નથી; ઉપરાંત પેટા જાતો ઘણી હોવા છતાં મુખ્ય ઉપચાર તો એક જ પ્રકારનો છે એટલે પેટા જાતોની ચર્ચા જરૂર બનતી નથી.

<u>ચામડીનો ઉપદંશ</u>: ચામડીનાં ઉપદંશને Dermat'-ogic Syphilis ના નામથી ઓળખવામાં આવે છે. ઘણી વખત આ ઉપદંશ લોહીમાં પડયો હોય છે. અને અમુક વર્ષો પછી સ્વભાવિક રીતે જ તે ચામડી પર ફૂટી નીકળે છે.

<u>લક્ષણો</u> :—ઘણી વખત જનનેન્દ્રિય પર ચાઠાં નીકળી આવે છે અને એકાએક નીકળી પડવાથી તેનું કારણ સમજાતું નથી. કોઇ વખત આ ચાંઠાઓ આખા શરીર પર નીકળી પડે છે. તો કોઈ વખત શરીરના અમુક ભાગ પર નીકળી આવે છે તેનું નિદાન ઘણી વાર ખોટું નીવડે છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આજના વૈજ્ઞાનિક સાધનોવાળા યુગમાં પણ ખોટા નિદાનવાથી ખોટા પ્રમાણ-પત્રો અપાયાનાં દૃષ્ટાંતો બને છે. એ છતાં રોગ શરીરની અંદર હોય છે તેવાં દૃષ્ટાંતો આજના વિજ્ઞાનને મળી રહ્યા છે.

કોઇ વખત કાળા તો કોઈ વખત લાલ ચાંદા, કોઈ વખત કોઢ જેવા ચાઠાંઓ નીકળી પડે છે અને ઘણી વખત તે સાથે ગળામાં ચાંદા પડે છે ને શરીરનો દુખાવો થાય છે આ ચાઠાંઓની જાત પરથી કઇ જાતનો ચામડીનો રોગ છે તે ઓળખાય છે તેથી તેને જુદાં જુદાં નામો આપવામાં આવ્યાં છે આછુ ગુલાબી ચાઠું હોય તો તે (Rosila Sypihilis) થી ઓળખય છે અને એ ચાઠાંઓ ધડ પર જ જોવામાં આવે છે. એ રીતે જુદી જુદી જાતના ચાઠાંઓ પરથી આ રોગ નક્કી થાય છે.

<u>ટાઇફોઈડમાં પણ</u> : આવા ચાઠાંઓ ઘણી વખત ટાઈફોઇડમાં પણ થવાથી તાવ સાથે આ ચાઠાં પડે ત્યારે નિદાનમાં મુશ્કેલી પડે છે. આ વખતે તાવની ચડ ઉતર પરથી તેનું નિદાન સરળ બને છે. આ માટે જીભનો પૂરાવો ઉપયોગી થઇ પડે છે. ટાઇફોઇડમાં જીભ સફેદ અને કાંટા જેવી હોય છે, તાવ અણુઉતાર હોય છે અને તાવની નિયમિતતા અમુક જ પ્રકારની હોય છે. જ્યારે આ રોગ સાથે તાવ આવે ત્યારે તાવ ઉતર ચઢ થાય છે, જીભ નિરોગી માણસ જવી હોય છે અને તાવની નિયમિતતા જરા પણ હોતી નથી.

<u>ચાઠાંની જાતો</u>: મુખ્યત્વે થતાં ચાઠાંઓમાં ગુલાબી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કળાં, પીળાં, રસીવાળાં, માંસપેશીઓમાંથી નીકળતાં, કેવળ પાણી ઝરતા અને ઘણી વખત અંદરના મર્મ પડોમાંથી નીકળે છે, અને શરીર પર મોટાં મોટાં ચાઠાં દેખાય છે.

આખી ચામડી પર ચાઠાં નીકળી પડવા, કોઇ વખત જનનેંદ્રિય અને ચામડીપર ચાઠાં નીકળવા, ઘણી વખત કેવળ કપાળ તો કોઇ વખત કેવળ માથા પર મોટા મોટા ફોલ્લાઓ નીકળવા, આંખો બળવી, ઉંઘ ન આવવી, ખોટા વિચારો આવવા, લોહીનું દબાણ ઓછું થવું ચિંતામગ્ન મન રહેવું, કાનમાં પીડા થવી, કોઇ કોઇવાર તાવ આવવો, કોઢ નીકળી પડવો, નાક સડી જવું, કાકડા સડી જેવા, જીભ પર ચાંદા પડવા વગેરે અનેક લક્ષણો દેખાય છે.

<u>ઉપચાર</u> : આયુર્વેદે આ સંબંધી ખૂબ ઊંડા ઉતરી રોગના ચમત્કારીક ઇલાજો શોધ્યા છે. મહારાસ્નાદિ કવાથ (પ્રવાહી) ચાર ડ્રામ દિવસના ચાર વખત ત્રણ માસ સુધી નિયમિત લેવામાં આવે તથા મહા ઉપદંશ હારિરસની એક ગોળી દિવસના ત્રણ વખત મહારાસ્નાના પ્રયોગ સાથે લેવામાં આવે તો રોગ નિર્મૂળ થય શકે.

આ પ્રયોગ ચામડીનાં રોગોને માટે વધારે ઉપયોગી છે. પણ આ ચામડીમાંથી નીપજતા બીજાં બૂરા પરિણામો પર પણ આ ઔષધો ઉપયોગી નીવડે છે.

મહારાસ્નાદીકવાથઃ રાસ્ના તોલા બે, એરંડાના મૂળ તોલા બે, અરડૂસે તોલો એક, ધમાસો તોલો એક, બલદાણા તોલો એક, કચૂરો તોલો એક, મોથ તોલો એક, અતિવિષ તોલો એક, ગોખરૂ તોલો એક, હરડે તોલો એક,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ગરમાળો તોલો એક વરીયાળી તોલો એક, ધાણા તોલો એક, સાટોડી તોલો એક, આસોંદ તોલો એક, ગળો તોલો એક, પીપર તોલો એક, વરધારો તોલો એક, શતારી તોલો એક, વજ તોલો એક, કાંટા અશેરીયો તોલો એક, ચવક તોલો એક, ઉલીભોયરીંગણી તોલો એક, બેઠી ભોરીંગણી તોલો એક, બધાને અધકચરાં ખાંડી તેમાથી બે તોલા કવાથ વીસ તોલા પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે તેમાંથી ઉપચારમાં લખ્યા પ્રમાણે લેવું.

મહાઉપદંશ હારી રસ :

સૂચના :–આ પ્રયોગ દરમ્યાન તેલ, મરચું, ખટાઇ ખાવા નહિં. સંપૂર્ણ પ્રયોગ કરનાર માનવી કદિ રોગનો ભોગ બનતો નથી.

પશ્ચાત ઉપદંશ

ઉપદંશનો એક વધુ પ્રકાર પશ્ચાત ઉપદંશ :

પશ્ચાત ઉપદંશ (Late Syphilis) પૂર્ણત : ઉપદંશ જેટલો જલદ નથી. વર્ષો પછી અને ઘણીવાર અર્ધી સદી પસાર થઇ ગયા પછી ચાંદા અને ફોલ્લા સ્વરૂપે એ શરીર પર દેખાવ દે છે.

પૂર્ણત ઉપદંશ (Secondary Syphilis) અને ઉપદંશ Late Syphilis ભિની ભિની છે. બંનેના લક્ષણો–ચાંદા અને બહાર પડતાં ફોલ્લાઓનો પ્રકાર જુદો હોય છે.

પશ્ચાત ઉપદંશ લોહીમાં ચેપ લાગ્યા પછી ઓછામાં ઓછા ચારથી પાંચ વર્ષ પછી દેખાય છે કેટલીક વખત તો અડધી સદી પણ તે ફુટી નીકળવાના બનાવો નોંધાયા છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પૂર્ણંત : ઉપદંશ અને પશ્ચાત ઉપદંશ વચ્ચેનો મુખ્ય-તફાવત એ છે કે પૂર્ણંત : ઉપદંશ વધારે ચેપી, વધારે જોરદાર શરીર પર વધારે પ્રમાણમાં ફુટી નીકળતો દેખાય છે, જ્યારે પશ્ચાત ઉપદંશ અમુક સ્થાન પર સ્થગિત બની જાય છે. ચાંદા અને ફોલ્લા છુટા છવાયા જ નીકળે છે અને તેના ડાઘ શરીર પર રહી જાય છે તેના ફોલ્લા ગુલાબી, ગોળ અને ચપટાં હોય છે. આ ફોલ્લાથી મોટે ભાગે દુઃખ થતું નથી.

વાસવાળુ પ્રવાહી: આ ફોલ્લામાં વાસવાળુ પ્રવાહી પાકે છે, ફુટે છે અને ચામડીમાંથી રસી જેવું વાસવાળું પ્રવાહી નીકળે છે. આ પછી શરીર પર વર્તુળાકાર ચાંદાઓના ડાઘ લાંબો વખત સુધી દેખાય છે. મોટે ભાગે આ ફોલ્લાઓ સાથળે પર, છાતી પર પીંડીપર અને પૂઠ પર થાય છે. નાકમાં તેની વાહિનીઓ મારફત તે ફુટી નીકળે છે અને ઘણી ખરાબ રીતે બહાર આપેલું નજરે પડે છે. આવા ફોલ્લાઓ કોઇ કોઈ પખત જીભ પર થાય છે. અને કોઈ વખત તાળવા પર પણ થાય છે. એ વખતનો તેનો દેખાવ સખત તથા માંસનો લોંદો બહાર દેખાતો હોય તેવો બને છે.

લક્ષણો: ચામડી પર આછા ગુલાબી, પીળા, ગોળાકાર ફોલ્લાઓ નીકળે છે. શરીરમાં સુસ્તી રહે છે. ચામડી કાળી પડતી જાય છે, ચહેરો અને હાથ કાળાં પડવા એ તેનું મુખ્ય ચિન્હ છે નાક અને તાળવામાં સખત માંસના લોચાઓ ભરાઈ રહ્યા હોય તેમ જણાય છે. કોઇ વખત

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તાવ જેવું લાગે છે, ઉંઘ આવતી નથી, મગજ ભમે છે, પેટમાં બળતરાની ફરિયાદ રેાગી કરે છે. માથાનાં વાળ ઉતરતા જાય છે, આંખેા બળે છે, જીવ મુંઝાય છે અને ઘણી વખત કાનમાં ચસ્કા નીકળવાની ફરિયાદ ઉઠે છે.

કારણેા :–આગળ થઇ ગયેલા ઉપદંશનાં તત્વેામાંથી લેાહીમાં રહી ગયેલા તત્વેા, વારસાગત લેાહીમાં આવેલા તત્વેા, કાકડા અને ચેપી ગુમડાંમાંથી આવેલા તત્વેા, થુંક અને ચેપમાંથી આવતા તત્વેા.

ઉપચાર નં, ૧. તમામ જાતના ઉપદંશમાં રસકપુર, સેામલ અને પારેા મુખ્ય ઇલાજો તરીકે વર્ષોથી ચાલ્યા આવે છે; પણ આ યુંગની પેનીસીલીનની શેાધ પછી આ ઔષધેાનું સ્થાન એાછું થયું છે રસકપુરના ઉપચારેા કેવળ આયુર્વેદમાંજ યેાજવામાં આવ્યા છે, જ્યારે સેામલના ઉપચારેા આયુર્વેદ અને એલેાપેથી બન્નેમાં યેાજવામાં આવ્યા છે. સેામલ અને રસકપૂરના ઉપચારેા તબીબની હાજરી સિવાય કરવા નુકશાનકારક હેાવાથી પુર્ણપણે અત્રે તે સૂચવવામાં આવ્યા નથી. સિવાય ચંદનાદિવટી અને ઉપદંશહારી રસ એ બંન્ને ઔષધેા આ રેાગને જડમૂળથી નાબુદ કરવા માટે ઘણા ઉપયેાગી છે. ઉપદંશકારી રસ વિષે પરિશિષ્ટમાં જોઈ લ્યેા ચંદનાદીનેા વટી:

ઉપચાર નં. ૨: રૂદ્રવંતી અને રાસ્ના એ બે નિર્દોષ ઔષધેા ઉપદંશ ઉપર ઉપયેાગી થઇ પડે છે. આ ઉપરાંત ઉપદંશ માટે વધારે ઉપયેાગી અનંતમૂળ અથવા દેશી સારસા પરિલાને આ ઉપદંશના ઉપાય તરીકે સ્થાન

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આપવામાં આવ્યું છે. અનંતમૂળના પંચાગનો ઉકાળો સવારસાંજ ચાર માસ લેવાથી ઉપદંતના જંતુઓ દૂર થાય છે.

સૂચના: પ્રયોગ દરમ્યાન તેલ, ખટાશ ખાવાં નહિં.

પ્રાથમિક ઉપદંશ :

પ્રાથમિક ઉપદંશ મુખ્યત્વે કરીને ગુહ્યઇન્દ્રિય સાથે સંબંધ ધરાવે છે અને મહદ્ અંશે ત્યાં દેખાય છે. આ ઉપદંશમાં, સ્ત્રીઓના નિદાનમાં ભારે મુશ્કેલી પડે છે તેનું કારણ એ છે કે રોગ ભાગ્યેજ દેખાય છે.

લક્ષણો :-લક્ષણોમાં મોટે ભાગે ચાંદા રૂપે ઇન્દ્રિય પર જણાતા થોડા અથવા વધુ ફોલ્લા હોય છે. આ સિવાપના લક્ષણોમાં માથામાં ચક્કર આવવા, શરીર તુંટવું. શરદી થવી, લોહીનું દબાણ થવું, હૃદયરોગ થવો અને લકવા થવો વગેરે બીજા મુખ્ય ચિન્હો છે. શરીર પર ચાંઠારૂપે ફુટી નીકળવું, આંખ ખરાબ થવી, અને ઘણી વખત આંખ તદ્દન બગડી જવી એ બીજાં ચિન્હો છે.

આ ઉપદંશ શિશ્ન પર સખત છતાં ગોળ એવા ફોલ્લારૂપે થાય છે અને ૯૦ થી ૯૫ ટકા ઉપદંશની અસર શરીરમાં દાખલ થતાં જ ત્રણ થી પંદર દિવસમાં ગુપ્તેન્દ્રિય પર નજરે પડે છે. ઘણી વખત આ રોગ કેન્સરમાં પણ પરિણામે છે. પણ મુખ્યત્વે ચાંદારૂપે શરૂ થઇને તે બધું લોહી ખરાબ કરે છે.

હોઠ પર પણ એની અસર થાય છે. ખાસ કરીને ચુંબન અથવા એઠાં વાસણ દ્વારા તે થયાની હકિકત કયારેક બને છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

દાઢી પર અને હાથ પર, સ્તન પર, ગળા પર જીભ પર અને કાકડાઓ પર અને જે લોકોના જાતીય વિકારો વિકૃતી પામ્યા હોય છે તેઓને મુદા અને તેવી જ જગ્યાઓએ ચાંદાઓ થાય છે.

સ્ત્રીઓ માટેનું નિદાન :–સ્ત્રીઓના ગર્ભાશયમાં રોગ ગયા પછી નિદાન માટે બાહ્ય ચિન્હોમાં એકેય ચાંદુ જણાય ત્યારે ગર્ભાશયની અંદરની તપાસ અતિ મહત્વની બને છે કારણ કે બાહ્ય ઉપચારોથી મોટે ભાગે રોગ ન મટતા અંદર ફેલાતો જ જાય છે અને નિદાનના અભાવના પરિણામે ભવિષ્યની પ્રજાને અતિ ઘણું સહન કરવું પડે છે. પ્રાથમિક ઉપદંશ મુખત્વે તો શરીર પર અને મોટે ભાગે ગુહ્યન્દ્રિય પર ચાંદુ થઈને જ થાય છે. પણ કોઈ વખત એકદમ હળવા સ્વરૂપના પ્રકારમાં ચાંદુ નથી પણ દેખાતું.

કારણો :–આ ઉપદંશનો જન્મ મોટે ભાગે ઉપદંશવાળા રોગીઓ સાથેના સંભોગમાંથી ઉદ્દભવે છે, પણ થોડા પ્રમાણમાં વારસાગત અને બાહ્ય પ્રકારોમાથી પણ થાય અનેક એવા દ્રષ્ટાંતો પણ નોંધાયા છે કે પરિપકવ વયના તરૂણોને ખબર પણ હોતી નથી કે તેઓ ઉપદંશના ભોગ બન્યા છે અને છતાંયે ઉપદંશ તેમના લોહીને હાડમાંસમાં ઘર કરી બેસી ગયો હોય છે. કેટલીક વખત ચુંબન અથવા એઠાં વાસણદ્વારા પજ આ રોગ થયાની હકીકત જાણવા મળે છે.

ઉપચાર: વાઘાટીના પંચાગનો ઉકાળો નીચે પ્રમાણે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

બનાવી ચાર માસ નિયમિત લેવાથી રોગ મટે છે.

સમ ભાગે બધા વિભાગો લઇ તેમાંથી તોલા વાઘાટીનું પંચાગ અને વીસ તોલા પાણી સાથે ઉકાળી દસ તોલા પાણી બાત્ય રયે ત્યારે ગાળી, તેમાંથી ચાર ભાગ બનાવી દિવસમાં ચાર વખત ચાર ચાર કલાકને અંતરે લેવાથી રોગ દૂર થાય છે. આ સાથે મહારાસ્નાદિકવાથનો પ્રયોગ પણ કરવો.

વિશેષ ઔષધ : કોઇ પણ જાતના ઉંપદંશમાં નીચેના ઔષધો ઉપયોગી નીવડી રહે છે.

ઉપચાર નં, ૧. શુધ્ધ પારો તોલો એક, ભીલામો તોલો એક, અઘેડીનું મૂળ તોલો એક, અજમો તોલો એક, બધુ સાથે મેળવી તેને ગોળમાં ચણા જેવડી ગોળી બનાવવી. આ ગોળીઓ સવારસાંજ પંદર દિવસ પાણી સાથે લેવાથી આરામ થશે.

ઉપચાર નં. ૨. નવ રતિ લવિંગને ત્રણ રતી રસકપૂર સાથે મેળવી, પાણીમાં ઘૂંટી પાણી સાથે રોજ સવારે સાત દિવસ લેવાથી ભયંકર ઉપદંશનો નાશ થાય છે.

ઉપચાર નં. ૩. શુદ્ધ પારો બે રતી, કીરમાની જીરૂ બે રતી, ભીલામા ૬ રતી, આ ત્રણને જુના ગોળ સાથે ઘૂટી ચણા જેવડી ગોળીઓ બનાવવી અને દરરોજ સવારે એક ગોળી દહીં સાથે લેવી આ પ્રયોગ ૧૯ દિવસ કરવાથી ઉપદંશનો નાશ થાય છે.

ઉપદંશના ચાંદા પર લગાડવાનો લેપ દરેક જાતના

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઉપદંશમાં ઉપયોગી થઈ પડે છે. ગુપ્તેન્દ્રિય પર ચાંદુ પડે ત્યારે જ લેપ લગાડવો.

(૧) લાલ ચણોઠી તોલા ચાર લઈ તેને બાળી નાખી તેની રાખનું જેટલું વજન થાય તેટલી જ હરતાલ અને તેટલાજ વજનનું મનઃશીલ તેમાં ઉમેરી ઉપદંશના ચાઠાં પર લગાવવાથી બહારનું ચાંઠું મટે છે.

(૨) શુદ્ધ પારો તોલા બે, મેંદી તોલા ચાર, કાથો તોલા બે, હળદર તોલો ૦I, એરંડી તોલા બે, એ બધાને તુલસીના રસમાં ઘુંટી અને પછી તેમાં પંદર તોલા ઘી ઉમેરી મલમ બનાવી એક બાટલીમાં ભરી રાખો. આ મલમ ઉપદંશના ચાંઠાં પર લગાડવાથી ત્રણ દિવસમાં ચાંઠું રૂઝાઇ જશે.

સુચના :–ઉપદંશના રોગીએ ઉપચાર કરતી વખતે સતત બ્રહ્મચર્ય પાળવું અને તેલ મરચું તથા ખટાશ ખાવા નહીં.

યકૃતનાં ઉપદંશ

<u>લક્ષણો</u>: જ્યારે યકૃત ઉપદંશ ચેપના કારણે ઘેરાય છે ત્યારે તે પોતાનું સ્વરૂપ તદ્દન જુદી દિશામાં બદલે છે. તે મોટું થાય છે પણ પથ્થર જેવું બને છે તેમાં રહેલા તમામ અંકુશો તુટી જાય છે. તે અને તેને લીધે તેની વાહિનીઓ સૂજી જઇ આખુ યકૃત મોટું કરી મૂકે છે ઘણી વખત આવી તુટેલી વાહિનીઓમાંથી યકૃતમાં જ લોહી જમા થાય છે તેમાંથી તે જામી જાય છે અને નાના નાના અણુઓ તુટવાને કારણે તેમાંથી બનેલી પ્રોતો (જે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તુટેલી હોય છે તેની સાથે મળી જઇ યકૃતમાં ગાંઠ થાય છે આ ગાંઠને ટયુમરના નામે પણ ઓળખવામાં આવે છે પણ એ યાદ રાખવું જરૂરી છે કે આ ગાંઠ યકૃતમાં થતા ટયુમરના પ્રકારની હોતી નથી. તેની જુદી નિશાની તરીકે ઉપદંશની તમામ નિશાનીઓ શરીર પર હોય છે. અને આખા પેટમાં પથરાઓ ભર્યા હોય તેવું સજ્જડ પેટ બને છે.

જલંધર એ આ રોગની સૌથી મુખ્ય નિશાની છે. બરોલ પણ આ રોગ દરમ્યાન વધેલી હોય છે. યકૃતનું વધવાનું કોઈ માપ જ નથી છતાં ડાબી તરફનુ જમણી તરફ કરતાં વધારે વધેલું હોય છે તે તેનું બીજું ખાસ ચિન્હ છે. ઘણી વખત સાથે કમળો પણ હોય છે.

કોઈ કોઈ રોગીને તાવ પણ અનિયમિત રીતે રહ્યા કરે છે કોઈ કોઇને યકૃતમાં પાકેલ ગુમડાં જેવું ગુમડું થાય છે અસ કોઈ કોઇને ગાંઠ થવાની ફરીયાદ હોય છે.

કારણો: ઉપદંશનો રોગ શરીરમાં થઇ યકૃતમાં દાખલ થાય છે ઘણી વખત તે વારસાગત આવે છે અને ત્યાં ચાંદાઓ મોજુદ હોય છે તે કારણે તેનું નિદાન કરવું સહેલું થઇ પડે છે.

ઘણી વખત તેની સારવાર કરતી વખતે ઉપદંશના ઉપચારમાંથી તે દરદનો જો યકૃતના સાથે ઉપચાર કરવામાં આવે તો તે મટે છે. પણ તેમાંથી મોટે ભાગે સંપૂર્ણ ધ્યાન ન આપવામાં આવે તો બાળકોમાં યકૃત એકદમથી સોજાવાળું બને છે. મોટા લોકોમાં જ્યારે આ દરદ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

મોજુદ હોય છે ત્યારે કમળો પણ કોઈ કોઈ વખતે જોવામાં આવે છે તે વખતે યકૃતનાં સોજા ઉપરાંત યકૃતમાં સોજાઓ થવાની ફરીયાદ પણ ઘણી વખત રોગીઓ તરફથી સાંભળવામાં આવે છે. પેટ ફુલીને ખૂબ મોટું થાય છે, પેટમાં પાણી ભરાય છે, યકૃત આખું સૂજી જાય છે. ઘણી વખત તે ઉપદંશના રોગમાંથી જન્મે છે.

<u>ઉપચાર</u>: ઉપદંશના ઉપચારોમાં સાધારણ રીતે સોમલ મુખ્ય હોય છે પણ જ્યારે યકૃતનો ઉપદંશ હોય ત્યારે સોમલ કદી પણ આપવું નહી. રોગીને યકૃતના ફાટી જવા જેવા મહાન રોગોમાંથી બચાવવાનો સૌ પહેલો એ જરૂરી ઉપાય છે. મોટે ભાગે આ રોગીઓને જ્ઞાનતંતુઓ, રકતજંતુઓ અને રકતવાહિનીઓ થોડી ફુલી તેમાંથી પરસેવો, મળ અને મૂત્ર રૂપે રોગ બહાર નીકળે તેવા ઉપાયો યોજવા હિતકર છે.

મહારાસ્નાદિકવાથ તોલો ૧, પટોલાદિકવાથ તોલા ૧ સાથે મેળવી સવારસાંજ આપવું તથા ગુગળના પ્રયોગ કરવા હિતકારક છે. મુખ્યત્વે પથ્યાદિગુગળ બબ્બે ગોળી દિવસમાં ત્રણ વખત પાણી સાથે આપવી હિતકર છે. પારાની બનાવટો આ રોગ દરમ્યાન આપવાથી રોગ સત્વર દૂર થાય છે.

ચરબીવાળું યકૃત

આ રોગના બે પ્રકાર છે. એક તો સીધી રીતે જ યકૃતથી આસપાસ ચરબી ફરી વળે અને બીજું યકૃતના

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અણુઓમાં ચરબી ઘુસી જાય તે કારણે તે અણુઓની જગ્યાએ એકલી ચરબી જ રહે અને અણુઓના નાશ થાય તથા તે કારણે યકૃત નબળું પડી મોટું થવા માંડે.

લક્ષણો : યકૃત ચરબીથી ભરેલું હોય તેથી ખૂબ મોટું દેખાય છતાં તે એક બાજું નરમ અને એક બાજું કઠણ લાગે અને તેના બન્ને છેડા પર તે ગોળ હોય તેવું દેખાય. ઝાડા આછા પીળા પ્રવાહી જેવા દેખાય.

કારણો : પડતો વધારે દારૂ, ચેપી જંતુઓનું શરીરમાં દાખલ થવું કે કોઇ ઝેરી પદાર્થનું શરીરમાં દાખલ થવું એ રોગ થવાના મુખ્ય કારણો છે. ખાસ કરીને સોમલ, ફેફસાનાં ક્ષયમાંથી, પાંડુરોગમાંથી અને રસાયણીક ઝેરોમાંથી તેમજ યકૃતનાં બીજા દર્દોમાંથી આ આ રોગ ઉત્પન્ન થાય છે.

ઉપચાર: ચરબીવાળા તમામ પદાર્થો બંધ કરી ક્ષારવાળા ખોરાકો આપવા તેમજ ક્ષારવાળા ઉપચારો કરવા. અઘેડાનો ક્ષાર રતી ત્રણ અને નવસાર રતી ત્રણ સાથે મેળવી દિવસમાં ચાર વખત છાશ સાથે મેળવી લેવાથી આ રોગ બે માસમાં દૂર થાય છે.

સંગ્રહણી

સંગ્રહણી અતિ પ્રચલિત દરદ છે. અવારનવાર એનો ભોગ બનેલા માનવીઓ આ વાતનું સમર્થન કરશે, પણ એ દરદ આંતરડાનું દરદ છે તેની માહિતી બહુ ઓછાને હશે. જુના મરડા અથવા જુના અતિસારમાંથી સંગ્રહણીનો

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઉદ્‌ભવ થાય છે એ પણ બહુ થોડા જાણતા હશે.

જરૂરી એ છે કે અતિસાર કે મરડો મટી ગયા બાદ જઠરાગ્નિ શાંત ન પડી જાય તે તરફ પ્રથમ લક્ષ આપવું જોઈએ અને જો તેમ ન થાય તો જઠરાગ્નિ ખાધેલાં અન્નને અને મળને આમાશય કે મળાશયમાં સંચય કરી રાખે છે અને પછી અતિસાર રૂપે બહાર પડે છે તેને સંગ્રહણીના નામે સંબોધવામાં આવે છે.

ચાર પ્રકાર:- સંગ્રહણીનાં આયુર્વેદે ચાર જુદાં પ્રકાર પાડેલાં છે.

(૧) વાત ગ્રહણી.
(૨) પિત્ત ગ્રહણી.
(૩) કફ ગ્રહણી.
(૪) સન્નિપાત ગ્રહણી.

વાત ગ્રહણીનાં લક્ષણ :

વિવિધ રંગવાળો ઝાડો થવો, ફીણવાળો ઝાડો થવો અને અતિશય પાતળો ઝાડો થવો. ઝાડો થતી વખતે ખૂબ મોટો ઝાડો થાય છે તથા સમજ ન હોય ત્યારે ઝાડો છુટી પડે છે.

પિત્ત ગ્રહણીનાં લક્ષણ :

ઝાડો થતી વખતે દાહ થાય છે, ગરમ જણાય છે, પાતળો અને દુર્ગંધવાળો, પીળો, લાલ કે કાળો લીલો મળસાથે મળેલો હોય છે અને રોગી તરસ પામે છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કફ ગ્રહણીનાં લક્ષણ :

રોગીને શ્વાસ ચઢે છે, સોજો અને ખાંસી તથા જડપણું અને શીતળતા એ તેનાં મુખ્ય ચિન્હો છે. મુખમાં નીરસતા, શરીરનું ભારેપણું અને અરૂચી તથા છાતીમાં પીડા એ મુખ્ય લક્ષણો છે.

સન્નિપાત ગ્રહણીનાં લક્ષણ :

ત્રિદોષ એટલે સન્નિપાત સંગ્રહણીના લક્ષણમાં રોગીનું મોઢું મીઠું મીઠું લાગે છે, શરીરે દાહ થાય છે. મૂર્છા આવે છે. શ્વાસ અને જડતા નીપજે છે અને વાત, પિત તથા કફ સંગ્રહણીમાં જણાતાં તમામ ચિન્હો અહીં એકી સાથે જોવામાં આવે છે.

સામાન્ય લક્ષણો :

પાણીનો શોષ સખત પડે છે, છાતી થતા પાંસળીઓમાં શૂળ મારે છે, આંખે અંધારા આવે છે, નાભીમાં પીડા થાય છે, શરીર અતિશય કૃષ થઇ જાય છે, ઉલટી થવાની ભ્રાંતિ રહ્યા કરે છે, કાનમાં અવાજ થાય છે, ઉલટીનું જોર ઘણુ હોય છે, થાક સખત લાગે છે, પેટમાં ચૂંક અને આંકડી આવ્યા જ કરે છે, રોગી બેભાન થઇ જાય છે, શ્વાસ ઉપડે છે વગેરે ચિન્હો જણાય છે.

કારણો:– સંગ્રહણી થવાના મુખ્ય કારણોમાં ઠંડુ ભોજન, કડવાં, તુરા, તીખાં કે ખાટા પદાર્થોનું ભોજન, અતિ થાક અતિ મૈથુન, અતિ વેગથી હાથી કે ઘોડા પર મુસાફરી અને અતિ દોડવાથી જઠરાગ્નિના વેગનો નાશ થાય છે અને તેની એક ગાંઠ બને છે. આ ગાંઠના પાંચ પેટા

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પ્રકારો છે. (૧) યકૃત (૨) લીહા (૩) મલાનિબંધ (૪) અષ્ટીલા અને (૫) કૃમિ.

વાત સંગ્રહણીનો ઉપચાર: કાચા મળને પકાવનાર તમામ ઔષધો વાત સંગ્રહણીને હિતકર છે.

મોથ તોલો એક, રાસ્ના તોલો એક, ભારંગમૂળ તોલા બે, દેવદાર તોલા બે, સુરણ તોલો એક, અરડૂસો તોલા બે, તોલો એક, ગળો તોલો એક, પીપર તોલા ચાર, ષડ કચુરો તોલો બે, સૂંઠ તોલા પાંચ, હળદર તોલા બે, દેવદાર તોલા બે, આ બધાં ઔષધો અધકચરા ખાંડી તેમાંથી બે તોલા કવાથ લઇ વીસ તોલા પાણીમાં ઉકાળવો અને પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાંથી બે ભાગ કરી સવારસાંજ લેવો.

સૂચના : દરદીએ આ પ્રયોગ દરમ્યાન છાશ સિવાય બીજો કોઇપણ પ્રકારનો ખોરાક લેવો નહિં.

વાત સંગ્રહણીનો બીજો ઉપચાર :

કેવળ છાશ પર રહેવું અને નીચેના ઔષધોનાં મિશ્રણવાળું પાણી આખો વખત પીવું. પાણી ખલાસ થાય તો તે પ્રમાણે બીજું પાણી બનાવવું પણ સાદું પાણી પીવું નહીં.

પાણી રતલ ત્રણ, વાવડીંગ તોલો એક, પીપરીમૂળ તોલો એક, ખસખસ તોલો અર્ધો, બધું સાથે ઉકાળી, પાણી ગાળી, ઠંડું કરી એ પાણી આખો દિવસ પીવું અને છાશ બનાવતી વખતે છાશમાં પણ તેજ પાણી ઉમેરવું.

આ ઉપરાંત પંચામૃતપર્પટી રતી બે, તામ્ર પર્પટી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

રતી એક, પીપર રતી છ, બધું મેળવી તેનાં ચાર પડીકાં બનાવી દિવસમાં ચાર વખત ચાર ચાર કલાકના અંતરે છાશ સાથે લેવાં તથા ઇંદ્રજવ બે આનીભાર, સવારસાંજ છાશ સાથે લેતા રહેવાથી વાત સંગ્રહણી મટી જશે. આ પ્રયોગ ૮૦ દિવસ કરવો.

પિત્ત સંગ્રહણીના ઉપચાર:

દુગ્ધવટી ગોળી બે સવારસાંજ દુધ સાથે લેવી તથા વર્ધમાનપીપલ્લી પ્રયોગ ૨૧ દિવસનો કરવો.

વર્ધમાન પીપલ્લી પ્રયોગ:

oા શેર દૂધમાં પહેલે દિવસે એક પીપર, બીજે દિવસે બે, ત્રીજે દિવસે ત્રણ, એ પ્રમાણે અકેક દિવસે અકેક પીપર વધારતા જઇ એકવીસ દિવસમાં એકવીસ પીપર સુધી પહોંચવું અને પીપર ખાઇ જઇ ઉપરથી દૂધ પી જવું. એ પ્રમાણે ૨૧ દિવસ પછી દરરોજ અકેક પીપર ઓછી કરવી એટલે ૨૨ મે દિવસે ૨૦ પીપર, ૨૩ મે દિવસે ૧૯ પીપર એ પ્રમાણે અકેક ઓછી કરી ૪૨ મે દિવસે ૧ પીપર પર આવી જઇ તે પ્રયોગ બંધ કરવો. તે ઉપરાંત નીચેનો કવાથ સાથે લેવો.

શેરડીનાં મૂળ તોલા બે, વાંસ તોલા બે, દેવદાર તોલા બે, કાશ તોલા બે, ડાભ તોલા બે, બધાનાં મૂળ લેવાં અને બધાને અધકચરાં ખાંડી તેમાંથી એક તોલો લઇ ૨૦ તોલા પાણી સાથે ઉકાળી દશ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાંથી ચાર ભાગ કરી ચારચાર કલાકને અંતરે લેવા.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સુચના: આ રોગ દરમ્યાન રોગીએ કેવળ દુધ પર જ રહેવું અને કવાથનો પ્રયોગ ૬૨ દિવસ સુધી ચાલુ રાખવો.

કફ સંગ્રહણીનાં ઉપચાર: આકનો રસ તોલા બે, અને મધ તોલા બે (મધ ન હોય તો ગોળ તોલા બે), સાથે મેળવી દરરોજ સવાસાંજ બે માસ સુધી લેવું તથા પીપરીમૂળ તોલા ચાર, તુળસી તોલા પાંચ, સૂઠ તોલા દસ, દાડમ તોલા બે, રીંગણી તોલા ત્રણ, ચવક તોલા ચાર, ચિત્રક તોલા અઢી, મોથ તોલા ત્રણ, હળદર તોલા બે, અજમો તોલા બે, બધાને અધકચરાં ખાંડી તેમાંથી બે તોલા લઇ ૨૦ તોલા પાણીમાં નાખી ઉકાળી અને દશ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાંથી ચાર ભાગ કરી ચાર ચાર કલાકને અંતરે દિવસમાં ચાર વખત આપો,

અગ્નિતુંડીવટી ગોળી બે દિવસમાં ત્રણ વખત છાશ સાથે લેવી.

સુચના :–પ્રયોગ દરમ્યાન કેવળ છાશ, મોસંબી અને સંતરા પર રહેવું.

સન્નિપાત (ત્રિદોષ) સંગ્રહણીનો ઉપચાર:

ત્રિફળાં રતલ એક (ત્રિફળાં એટલે હરડા, બહેડા અને આમળાની છાલ સરખે ભાગે), હળદર તોલા ચાર, સૂંઠ તોલા આઠ, મોથ તોલા ત્રણ, પીપર તોલા પાંચ, ચિત્રક તોલા ત્રણ, આ બધાને બારીક વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી તેને બે રતલ પાણીમાં ઉકાળવું અને તે ઘટ ગરમ થાય ત્યારે તેમાં એક રતલ ભીલામા, બે તોલા સૂંઠ, બે તોલા અતિવિષ, પાંચ તોલા સિંધવ, છ તોલા વાવડીંગ, અઢી તોલા વજ, એક તોલો એલચી, બે તોલા તમાલપત્રનું

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ચૂર્ણ કરી તેની સાથે મેળવવું અને તેમાં મધ ઉમેરી ચાટવા જેવું બનાવવું. તેમાંથી એકેક તોલો દિવસમાં બે વખત સવારસાંજ લઇ ઉપરથી છાશ લેવી.

સૂચના :આ રોગ દરમ્યાન રોગીએ છાશ, મોસંબી અને સંતરા પરજ રહેવું અને પ્રયોગ બરાબર ૯૦દિવસ ચાલું રાખવાથી રોગ દૂર થઇ આરામ થશે,

સંગ્રહણી ન ઓળખાય ત્યારે અનેજ્યારે સંગ્રહણી કઇ જાતની છે તે ન ઓળખાય ત્યારે નીચેના બે પ્રયોગો સદાય હિતકારી નીવડશે.

(૧) ગાયનું દુધ રતલ એક, કાળીદ્રાક્ષ રતલ એક, (દ્રાક્ષના બીજ કાઢી નાખવા) બન્નેના ઉકાળતા જવું અને ઉકાળતા ઉકાળતા તેમાં એક રતલ દુધ બીજુ ઉમેરવું ને જ્યારે ઘટ્ટ બને ત્યારે તેમાં નીચેના ઔષધોનું ચૂર્ણ કરી ઉમેરી દેવું.

મોરવેલ તોલો એક, વિદારીકંદ તોલા બે, સાકર તોલા ત્રણ, પટોળ તોલા ચાર, મોથ તોલા પાંચ, અતિવિષ તોલા છ, પિત્તપાપડો તોલા ચાર, વાળો તોલા ત્રણ સાથે મેળવવા અને તે બધાને ઘી સાથે મેળવી તેની ચણીબોર જેવડી ગોળીઓ બનાવવી બબ્બે ગોળી દિવસમાં ત્રણ વખત લેવાથી ફાયદો જણાશે. પ્રયોગ દરમ્યાન વાવડીંગના પાણી અને ખોરાકમાં છાશ તથા મોસંબી પર રહેવું. પ્રયોગ ૭૨ દિવસ કરવો.

(૨) ૫ રતલ હરડેની છાલ, વીસ રતલ ગૌમૂત્રમાં નાખી તેને ગોમૂત્ર બળી જાય ત્યાં સુધી ઉકાળવું ત્યારબાદ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તેને કડા છાલ રતલ એકમાં ત્રણ રતલ પાણી નાખી ઉકાળવું. બે રતલ પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેના ઉપર હરડે તથા નીચેનાં ઔષધો ઉમેરી ઉકાળવા અને લગભગ ઉકળી જવા આવે ત્યારે તેમાં બે રતલ ગોળ ઉમેરવો બાકીના ઔષધો નીચે પ્રમાણે ઉમેરવા.

સૂંઠ તોલા અઢી, અતિવિષ તોલા ત્રણ, મોરવેલ તોલા ચાર, ચવક તોલા પાંચ, તજ તોલા સાત, પીપર તોલા આઠ, એ પ્રમાણે ઉમેર્યા પછી ઘટ થાય ત્યારે તેમાં ગાયનું દુધ રતલ ત્રણ, ઉમેરવું અને ઉપરથી ખસખસ તોલા પાંચ, સિંધવ તોલા દસ, સૂંઠ તોલા પાંચ, જાયફળ તોલા ચાર, મરી તોલા છ, તજ તોલા છ, સાથે ઉમેરી એક વાસણમાં ભરી રાખવું અને તેમાંથી દરરોજ બબ્બે તોલા સવારસાંજ લેવાથી આરામ થશે. આ પ્રયોગ દરમ્યાન છાસ, મોસંબી, સંતરા પર રહેવું અને વાવડીંગનું પાણી પીવું. પ્રયોગ ૫૨ દિવસ કરવો આ પ્રયોગને ઘણા આયુ-ર્વેદજ્ઞો અભયાદીઅવલેહને નામે ઓળખે છે.

રકતપિત્ત

રકતપિત્તનો રોગ ચાર કારણોમાંથી થાય છે. તેની બે પ્રકારની ગતિ માનવામાં આવી છે. જે રકતપિત્ત ઉપરના ભાગમાં હોય છે તે કફ સાથે મળે છે અને નાક કાન તથા કાનના છિદ્રો દ્વારા બહાર પડે છે અને જે રકતપિત્ત નીચેને નાર્ગે વહે છે તે વાયુ સાથે મળેલું જાણવું.

જે રકતપિત્ત નીચે અને ઉપર એમ બન્ને માર્ગે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કોપે છે તેને વાયુ તથા કફ બન્નેનું સાથે થયેલું જાણવું અને જે રક્તપિત્ત ત્રણ દોષથી કોપે છે તે ઉપર, નીચે અને મધ્યમ એમ ત્રણે માર્ગેથી કોપેલું જાણવું. આ રીતે તેના ચાર પ્રકાર નક્કી કરવામાં આવ્યા છે આ ચાર પ્રકારમાં પહેલો અને બીજો પ્રકાર સાધ્ય છે, ત્રીજો કષ્ટસાધ્ય છે અને ચોથો અસાધ્ય છે. ઉપરની ગતિવાળો રક્તપત્તિ હોય તો વિરેચન કરાવવું અને નીચેની ગતિનો હોય તો વમન કરાવવું.

લક્ષણો: શરીરમાં ક્ષીણતા થાય છે, અકાળે વૃદ્ધ થયા હોઇએ તેવું લાગે છે, શરીર પીળું પડી ગયેલું દેખાય છે, શરીરમાં એકાદ ખોડખાંપણ આવે છે અને હાડકાના માળખા જેવું દેખાય છે. છીંકો આવ્યા કરે છે, શરીરમાં દાહ થાય છે, તરસ સખત લાગે છે, શ્વાસ રહ્યા કરે છે, ઉલટીઓ થાય છે, શોષ પડે છે, હૃદયમાં પીડા થતી હોય એમ લાગ્યા કરે છે, મન ભમતું જણાય છે, ભોજન તરફ અરૂચિ લાગે છે, સ્વભાવ અધીરો બની જાય છે, કોઇ વખત થુંકમાં લોહી પડે છે અને કોઇ વખત આંખો પણ લાલ થઈ જાય છે.

નિદાનની પધ્ધતિ : જે રોગીનું રક્તપિત્ત રાતું હોય અને ફીણવાળું હોય તે વાયુથી થયેલું જાણવું. ઘણા વૈદો એમ માને છે કે કેવળ પીળા રંગનું જ પિત્તથી થાય છે. સફેદ રંગનું અને ઘટ્ટ હોય તે કફથી થયેલું જાણવું અને મિશ્ર રંગનું હોય તે મિશ્ર પ્રકૃત્તિથી થયેલું જાણવું.

કારણો : અતિ વધુ પ્રમાણમાં સોપારી ખાવાથી,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અતિશય તાપનું સેવન કરવાથી, અતિશય તીખાં મરચાં ખાવાથી, ખૂબ જ ખારા ખાટા પદાર્થો ખાવાથી, દારૂ પીવાથી, અબ્રહ્મચર્યના સેવનથી અને અતિ ઠંડકથી રોગ થાય છે.

ઉપચાર: જુદાં જુદાં પ્રકારના જુદાં જુદાં ઉપાયો નીચે મુજબ છે.

પહેલાં પ્રકારનાં ઉપાયો: અરડુસાના પાનનો રસ ડ્રામ ચાર, મધ ડ્રામ બે, સાકર ડ્રામ બે સાથે મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત એ પ્રમાણે નિયમીત ૪૨ દિવસ સાથેના ઔષધ સાથે લેનાર માનવીનો રોગ નષ્ટ થાય છે.

જેઠી મધ એક આનીભાર, દ્રાક્ષ એક આનીભાર, ગોખરૂ બે આનીભાર, આંમળાં બે આનીભાર, બડબીજ બે આનીભાર, આ બધું ૦॥ રતલ દુધ સાથે મેળવી ઉકાળી સવારસાંજ એ દુધ પી જવું.

બીજા પ્રકારનાં ઉપાયો: લોદર રતી બે, કમળની કેસર રતી બે. કાંગના મુળ રતી ત્રણ, કમળકાંકડી રતી ત્રણ, સાથે મેળવી મધ સાથે દિવસમાં ત્રણ વખત નીચેના પ્રયોગ સાથે ચાટવાથી રોગ દૂર થશે. એલચી તોલા બે, મોથ તોલા બે, તમાલપત્ર તોલા ચાર, કમળકાંકડી તોલા ત્રણ, નાગકેસર તોલા અઢી, દ્રાક્ષ તોલા પાંચ, પીપર તોલા પાંચ, ખજુર તોલા દસ, સાકર તોલા દસ, મધ તોલા દસ, બધું સાથે મેળવી સવાસાંજ પા પા તોલા દુધ સાથે લેવાથી બે માસમાં રોગ નાબુદ થશે.

ત્રીજા પ્રકારનાં ઉપાય: અરડૂસો તોલા બે, દ્રાક્ષ તોલો

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

એક, હરડે તોલા બે, પાણી તોલા વીસ—બધું સાથે ઉકાળી દસ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે અઢી તોલા સાકર મેળવી ચાર ભાગ કરી દિવસમાં ચાર વખત બે માસ નિયમિત નીચેના ઔષધ સાથે લેવા. ગરમાળો તોલા બે, સમડાનાં ફૂલ તોલો એક, ખેર તોલા ત્રણ, કાંગ તોલા ચાર, બધું સાથે ચૂર્ણ કરી તેમાંથી બે બે આનીભાર સવારસાંજ મધ સાથે બે માસ લેવાથી આરામ થાય છે.

<u>ચોથા પ્રકારનાં ઉપચાર</u> : તાલીસપત્ર તોલા પાંચ, વાંસકપૂર તોલા પાંચ, સાથે મેળવી તેમાંથી બબ્બે આનીભાર સવારસાંજ મધ સાથે મેળવી નીચેના પ્રયોગ સાથે લેવું.

હરડે તોલા દસનું ચૂર્ણ કરી તેને અરડૂસાનાં રસમાં બાર પુટ આપવા પછી તેમાં પાંચ તોલા પીપર મેળવી તેમાંથી બબ્બે આનીભાર દિવસમાં ત્રણ વખત મધ સાથે મેળવી ખાવાથી આરામ થશે. નાકમાંથી લોહી નીકળતું હોય તો પાંચ તોલા આમળાંને પાણીમાં ઘૂંટી તેમાં બે તોલા ઘી મેળવી માથા પર લેપ કરવાથી નાકમાંથી પડતું લોહી બંધ થશે.

ડુંગળીનાં પાનનો રસ નાસ લેવાથી નાકમાંથી પડતું લોહી બંધ થઇ જશે.

રક્તપિત્તના તમામ પ્રકારમાં અરડુસો એ અચૂક ઔષધ છે.

માથાનો દુખાવો

માથાના દુખાવાની ફરિયાદ અતિ સામાન્ય છે. માથાનો

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

દુખાવો કોઇને સ્વભાવગત હોય છે તો કોઇને તે અસહ્ય વેદનારૂપ બની રહે છે. માથાના દુખાવાના મટાડ માટે લોકો અનેકવિધ ઉપાયો કરે છે; કોઇ બામ ઘસે છે અને કોઇ એસ્પ્રો ગળે છે. પણ આ બધા ઉપાયથી જ્યારે માથું દુખતું મટતું નથી ત્યારે દરદી માથું પછાડે છે અને નિરાશ બને છે.

માથાનાં દુખાવાનો રોગ કેટલીકવાર ભારે ગંભીર નીવડે છે. આંખ જેવી માનવજીવનમા અતિ મુલ્યવાન વસ્તુ પણ માનવી કોઇવાર એ રોગના પરિણામે ખોઈ બેસે છે.

આયુર્વેદે માથાના દુખાવાનાં રોગનાં અગિયાર પ્રકાર વર્ણવ્યા છે. તેણે તેનાં જુદાં જુદાં કારણો અને લક્ષણો શોધી તેના ઉપચાર કરવાની પ્રથા દાખલ કરી છે. આ અગિયાર પ્રકારો નીચે મુજબ છે.

(૧) વાતજ શિરારોગ: આ માથાનો દુખાવો વાયુના કારણોથી થાય છે.

(૨) પૈતિક શિરારોગ: આ માથાનો દુખાવો પિ-તને કારણે થાય છે. જ્યારે પિ-ત ચઢી આવે છે ત્યારે આ દુખાવો શરૂ થાય છે.

(૩) શ્લૈષ્મિક શિરારોગ: આ રોગ કફને કારણે થાય છે અને જ્યારે અતિશય કફ ભરાય અને માથુ દુ:ખે ત્યારે કફ માથાના વિભાગોમાં ભરાઇ માથાનો સખત દુ:ખાવો ઉત્પન્ન કરે છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(૪) સન્નિપાતિક શિરારેાગ : વાયુ, પિત્ત અને કફ એમ ત્રણેના દેાષ સાથે મળી અને જે દુ:ખાવેા થાય તેને સન્નિપાતિક શિરારેાગ કહેવામાં આવે છે. અને એ ત્રણે દેાષેા તેના કારણભૂત છે.

(૫) રક્તજ શિરારેાગ : ઘણુ લેાહી વહેવાથી કે લેાહીનું દબાણ વધવાથી કે ઘટવાથી જે માથાનેા દુખાવેા ઉભેા થાય અથવા લેાહી સંબંધના કેાઇપણ કારણથી માથું દુખવાનેા રેાગ થાય તેને રક્તજ શિરારેાગ કહેવામાં આવે છે.

(૬) ક્ષયજ શિરારેાગ : આ રેાગ ક્ષયને કારણે જ થાય છે તેથી તેને ક્ષયજ શિરારેાગ કહેવામાં આવે છે.

(૭) કૃમિજ શિરારેાગ : નાકને રસ્તે લેાહી અને પરૂ વહે અને મગજમાં જીવડાઓ કેાતરી ખાતાં હેાય તેવું લાગે તેને કૃમિજ શિરારેાગ કહેવામાં આવે છે.

(૮) સૂર્યાવર્ત શિરારેાગ : સૂર્યના ઉદય થવાની સાથે જ દુખાવેા શરૂ થાય અને સૂર્ય સખત તપે ત્યારે આંખની ભ્રૂકૂટી પાસે સખત દુખાવેા થાય અને સૂર્ય અસ્ત પામે ત્યારે મટી જાય તેને સૂર્યાવર્ત શિરારેાગ કહેવામાં આવે છે.

(૯) અનંતવાત શિરારેાગ : ડેાકની પાછળના ભાગમાં તીવ્ર વેદના થાય, નેત્રારેાગેા થાય અને હડપચી ઝલાઇ જાય તેને અનંતવાત શિરારેાગ કહેવામાં આવે છે.

(૧૦) અર્ધાવભેદક શિરારેાગ : અર્ધું માથુ દુ:ખે, ઘણી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વખત આગ મુકયા જેવી આગ બળે અને લમણા, ડોક, કાન, નાક જે બાજુ દુઃખતુ હોય તે બાજુના ભાગમાં દુખાવો થાય તેને અર્ધાવભેદક શિરારોગ કહેવામાં આવે છે.

(૧૧) શંખક શિરારોગઃ લમણા પર સખત બળતરા થઇ છેક ગળા સુધી સોજો ચઢે તેને શંખક શિરારોગ કહેવામાં આવે છે.

(૧) <u>વાતજ શિરારોગનાં લક્ષણો</u>: જે રોગીને અકસ્માત માથુ દુઃખે અને શરદીને વખતે અગર રાતને વખતે સખત માથું દુઃખે અને જે માથું બાંધી રાખવાથી, શેકવાથી અગર શરીરમાંથી પરસેવા છુટે તેવાં ઔષધો અને ઉપચારો કરવાથી મટે તેને વાતજ શિરારોગ જાણવો.

(૨) <u>પૈત્તિક શિરારોગનાં લક્ષણો</u> : જે માથાના દુખાવામાં માથું સખત તપી આવે અને જાણે માથા પર ગરમ સગડી મુકી હોય તેમ માથું આગ જેવું ગરમ લાગે, આંખ અને નાકમાં બળતરા થાય, કાનમાંથી ધુમાડા નીકળે તેવું લાગે અને જે દુખાવો ઠંડા ઉપચારો કરવાથી, પવનની મીઠી લહેરોથી અને શીતળ ચાંદનીથી દૂર થાય તેને પૈત્તિક શિરારોગ કહેવામાં આવે છે.

(૩) <u>શ્લૈષ્મિક શિરારોગનાં લક્ષણો</u> : જે દુખાવામાં માથું ઠંડું લાગે, આંખની આસપાસ સોજો ચઢી ગયો હોય તેવું લાગે તથા માથું અને ડોક તદ્દન જડ જેવા, કોઇએ બાંધી લીધા હોય તેવા લાગે તેને કફથી થયેલો માથાનો દુખાવો અથવા શ્લેષ્મિક શિરારોગ જાણવો.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(૪) સન્નિપાત શિરરોગનાં લક્ષણો : વાયુ, પિત્ત અને કફ એમ ત્રણે દોષ જ્યારે સાથે મળે ત્યારે આ રોગ ઉત્પન્ન થાય છે. આ રોગમાં માથું આગ જેવું ગરમ લાગે તો કોઈ વખત ઠંડુ બરફ જેવું લાગે માથાની વેદના અસહ્ય થાય, મોઢું, આંખ, નાક પર સોજો ચઢે, માથું કોઇ કાપી નાખતું હોય તેમ લાગે અને બેભાન જેવું બની જાય તેને સન્નિપાતક શિરારોગ જાણવો.

(૫) રકતજ શિરારોગનાં લક્ષણો : માથાનો દુખાવો શરૂ થાય ત્યારે માથા પર કોઇનો હાથનો સ્પર્શ પણ સહન થઇ શકતો નથી. માથા પર અંગારા મૂકયા હોય એવું ગરમ લાગે છે. આંખ, નાક અને કાનમાં બળતરા થાય છે. ગરદનનો ભાગ લાલ લાલ થઇ જાય છે અને તપેલો રહે છે અને ઉલટી થવા જેવું લાગે તેને રકતજ શિરા-રોગ જાણવો.

(૬) ક્ષયજ શિરારોગનાં લક્ષણો : માથામાં રહેલા લોહી, ચરબી કફ અને વાયુનો ક્ષય થવાથી અત્યંત ભયંકર પીડાવાળું માથું દુઃખે છે. જેમ તેમ તેના પર ઉપચારો કરો અને ખાસ કરીને ઉલટી, પસીનો, ધુમ્રપાન, નસા વગેરે ઉપચાર કરવામાં આવે તેમ તેમ દુખાવો વધારે થાય તેને ક્ષયજ શિરારોગ જાણવો.

(૭) કૃમિજ શિરારોગનાં લક્ષણો : રોગીના માથામાં સોયો ભોંકવા જેવી અસહ્ય પીડા થાય છે, માથાની અંદર જીવડાં મગજને કોરી ખાતા હોય તેમ લાગે છે, માથામાં જીવડાં ચાલતા હોય તેમ લાગે છે અને નાક-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

માંથી લોહી અને પરૂ વહે ત્યારે કૃમિજ શિરારોગ થયો છે એમ જાણવું.

(૮) <u>સુર્યાવર્ત શિરારોગનાં લક્ષણો</u> : રોગીનું માથું સૂર્ય ઉગવાની સાથેજ દુખવા માંડે છે અને જેમ જેમ સૂર્ય ઉપર ચઢે તેમ તેમ માથું વધારે દુખે છે અને જ્યારે સૂર્ય મધ્યમાં આવે છે ત્યારે અસહ્ય વેદના ભ્રુકુટી પાસે થાય છે અને જેમ જેમ સૂર્ય નમતો જાય અને સૂર્યના અસ્ત થવાની સાથે દુખાવો મટે છે તેને સૂર્યાવર્ત રોગ જાણવો.

(૯) <u>અનંતવાત શિરારોગનાં લક્ષણો</u> : ડોકની પાછળની નસો કોઈ ખૂબ જોરથી ખેંચતું હોય તેમ લાગે છે, ડોકના ભાગમાં ખૂબ વેદના થાય છે, લમણાઓ તીવ્ર વેદના અનુભવે છે અને ભ્રુકુટી નીકળી જતી હોય તેવો અનુભવ થાય તથા હડપચી ઝલાઈ જાય ત્યારે અનંતવાત રોગ થયો છે એમ જાણવું.

(૧૦) <u>અર્ધાવભેદક શિરારોગનાં લક્ષણો</u>: અર્ધુ માથું પકડાઈ જાય છે, ડોકની પાછળની નસો ફૂલી જાય છે, અને આગ મૂક્યા જેવી અસહ્ય વેદના થાય છે, આંખમાં સખત વેદના થાય છે, લમણામાં કોઇએ શસ્ત્રનો ઘા કર્યો હોય તેવી વેદના થાય છે, કાન અને આંખમાં કોઇએ અંગારા મૂક્યા હોય તેવી બળતરા અને પીડા થાય છે, કપાળ અને ભ્રુકુટીમાં કોઇએ હથીયાર મૂકી ચીરી નાખ્યું હોય તેવી પીડા થાય છે અને કોઇ પણ એક જ બાજુમાં દુખાવો થાય છે તેને અર્ધાવભેદક શિરારોગ જાણવો.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આ રોગમાં જ્યારે આંખ પર વધારે દુખાવો થાય અને જો પીડા વધારે દિવસો ચાલે તો જે તરફ માથાનો દુખાવો હોય તે તરફની આંખ જાય છે અને જો કાનમાં શસ્ત્રોથી ચીર્યા જેવી વેદના થતી હોય તો તે તરફનો કાન બહેરો થઇ જાય છે.

(૧૧) શંખક શિરારોગનાં લક્ષણો: રોગીને લમણા પર તીવ્ર પીડા થાય છે, આગ લાગી હોય તેવી બળતરા થાય છે અને લાલાશવાળો ભયંકર સોજો ઉત્પન્ન થાય છે અને તે સોજો ગળા સુધી પહોંચી ઘણી વખત ગળાને રૂંધી નાખે છે. આ રોગી મૃત્યુ પામે છે.

ઉપચાર:–(૧) વાતજના ઉપચારો : નં (૧) અરીઠાનું ચૂર્ણ રતી ૦ાા, ગંધીલોવજ રતી બે, બંન્ને સાથે મેળવી ગરમ પાણી અથવા ગરમ ચા, કોફી કે દૂધ સાથે લેવાથી દુ:ખાવો પાંચ જ મીનીટમાં મટે છે.

નં. (૨) ઝીક્ષનો નાસ લેવાથી તરત જ દુ:ખાવો મટે છે.

નં. (૩) કપૂર તોલો એક, અજમાના ફુલ તોલો એક, ઇજમેંટના ફુલ તોલો એક, બધું સાથે મેળવી સૂર્યનાં તાપમાં રાખી મૂકો અને પ્રવાહી થાય ત્યારે તેમાંથી કપાળ અને દુ:ખાવાના ભાગ પર લગાવવાથી દુખાવો નરમ પડે છે.

(૨) પૈતિકના ઉપચારો : નં. (૧) ઉલટી કરી નાખવી અને છીકણી સુંઘવી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(૨) ચંદન અગર વાળાનું શરબત પીવું તથા બરફનો શેક કરવો

નં. (૩) ફટકડી રતી ૧, સોનાગેરૂ રતી ૧, સૂરોખાર રતી ૬, સાથે મેળવી ઠંડાં પાણી સાથે લેવાથી તુરતજ આરામ થશે.

(૩) શ્લૈષ્મિકના ઉપચારો : નં. (૧) માથા પર ગોટાનો અગર ગરમ પાણીની થેલીનો શેક કરવો અને વાતજ શિરારોગમાં બતાવેલો ત્રીજા નંબરનો ઉપચાર કરવો તથા તે ઔષધનાં ત્રણ ટીપાં પાંચ તોલા પાણી નાખી પી જવાં.

નં. (૨) આંકડાંના બીજનું ચૂર્ણ રતી છ અને પીપર રતી છ સાથે મેળવી સૂંઠના ઉકાળા સાથે લેવાથી આરામ જણાય છે.

નં. (૩) રાઇ રતી ત્રણ, સૂંઠ રતી ત્રણ સાથે ઘીમાં મેળવી લેવાથી આરામ થશે.

(૪) સન્નિપાતકના ઉપચારો: અરીઠાંની છાલનું ચૂર્ણ રતી અરધો, પીપર રતી ત્રણ, ગંધીલોવજ રતી બે, જટાંમાંસી રતી એક, સર્પગંધા રતી એક, બધું સાથે મેળવી દર ૩૦ મિનિટે માથું ઉતરી જાય ત્યાંસુધી ગરમ પાણી સાથે અગર ગરમ કોફી, ચા કે દૂધ સાથે આપવું.

(૫) રકતજના ઉપચારો: ચંદન તોલો પા, વરીયાળી તોલો પા, ભાંગ રતી ત્રણ, વાળો તોલો અરધો, ગુલાબનાં ફુલ તોલો અરધો, એલચી તોલો અરધો, નાગકેસર તોલો પા, સાકર તોલા પાંચ, પાણી તોલા દશ, બધું સાથે ખુબ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઘૂંટી અને દર કલાકે તે પ્રમાણે લેવું તથા કલારનો રસ તોલો એક, મધ તોલો એક સાથે મેળવી સવારસાંજ લેવાથી રોગ મટે છે. બરફની થેલી તથા ઠંડા પીણાઓ અને ઠંડું દુધ રોગ મટાડનાર ઔષધ સમાન છે.

(૬) ક્ષયજના ઉપચારો : આમળાં તો. ૦I, જટાંમાસી તોલો ૦I, શંખાવલી તોલો ૦I, અરડૂસી તોલો અર્ધો, પાણી તોલા દસ, બધું સાથે ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાંથી બે ભાગ કરી દર કલાકે લેવા તથા બદામનું શરબત બનાવી પીવાથી ફાયદો થાય છે.

(૭) કૃમિજના ઉપચારો : વાવડીંગ તોલો ૦I, પીપરીમૂળ તો. ૦I, જટામાસી તોલો ૦I, ગંધીલોવજ તોલો ૦I, કરંજ તોલો ૦I, કંકચ તોલો ૦I, ઈંદ્રજવ તોલો ૦I મેંદીના બીજ તોલા ૦I, ચંદન તોલા ૦I, ગોખરૂં તોલો ૦I, પાણી તોલા દસ, બધું સાથે ઉકાળ પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ઉતારી, ગાળી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ નિયમિત એક માસ લેવું.

(૮) સૂર્યાવર્તના ઉપચારો : સવારમાં બ્રાહ્મમુહુર્તને વખતે એક તોલો દિવેલ પીવું તથા નાકમાં ચંદનના તેલના ટીપાં નાંખવા અને કૃમિજ શિરારોગમાં બતાવેલ ઉપચાર કરવાથી આરામ થશે.

(૯) અનંતવાતના ઉપચારો : ગંધીલોવજ એક આનીભાર, સર્પગંધા એક આનીભાર, જટામાંસી બે આનીભાર, શંખાવલી એક આનીભાર, સૂરોખાર તોલો અરધો, ગોખરૂ તોલો પા મેંદીના બીજ તોલો પા, ચોપ-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ચીની બે આનીભાર, પાણી તોલા દશ, બધું સાથે ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ઉતારી, ગાળી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ લેવું. આ પ્રયોગ નિયમિત બે માસ સુધી કરવો. અને આ પ્રયોગ દરમ્યાન કેવળ કેળાં અને પપૈયા પર રહેવું. ઉપરાંત દરરોજ સવારે નરણા બે તોલા માખણમાં અરધો તોલો સાકર મેળવી લેવી.

(૧૦) અર્થાવભેદકના ઉપચારો : આ રોગ દરમ્યાન દરરોજના નાક અને કાનમાં ચંદનનું તેલ નાખવું અને આંખમાં માખણ આંજવું તથા જટાંમાસી એક આનીભાર, શંખાવલી બે આનીભાર, આંમળાં બે આનીભાર, હરડે તોલો ૦।, શતાવરી તો. ૦।, કાળીજીરી તો. ૦।, પાણી તોલા દસ, આ બધું વાથે ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રેહે ત્યારે ગાળી, તેમાંથી બે ભાગ કરી તેમાંથી સવારસાંજ લેવું તથા આંકડાની દાંડી લઈ તેનો એક છેડો અગ્નિ પર રાખી અને બીજો છેડો નાકમાં રાખી તેનો ધૂમાડો લેવાથી રોગમાં આરામ થશે.

૧૧ શંખકના ઉપચારો : આ રોગ દરમ્યાન બદામ તોલા બે, વરિયાળી તોલો અરધો, ભાંગ તોલો પા, જટાં-માંસી તોલો પા, શંખાવલી તોલો અરધો, પીપરીમૂળ તોલો પા, વાવડીંગ તોલો પા, ચંદન તોલો અરધો પાણી તોલા દશ, આ બધું સાથે ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, તેમાંથી બે ભાગ કરી સવારસાંજ લેવું તથા સર્પગંધા રતી છ, માખણ સાથે સવાર, બપોર અને સાંજ લેવું. આ ઉપરાત નાક અને કાનમાં ચંદનનાં તેલનાં પાંચ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પાંચ ટીપાં નાંખવાં અને આંખમાં કોથમીરનો રસ નાંખવો. આ પ્રયોગ ત્રણ દિવસ કરવાથી આરામ થશે.

ઝેરી તાવો

કોઇ કોઇ વખત ઘેર ઘેર ટાઇફોઈડ, ટાઇફસ અને ઝેરી તાવના ખાટલાઓ જોવામાં આવે છે. એકને બદલે બીજા નિદાન અથવા તો સાચા નિદાનના અભાવે ટાઇફોઇડને ટાઇફસમાં ગણી લેવામાં આવે છે ને ટાઇફસને ટાઇફોઇડ ગણી લેવામાં આવે છે; એટલુંજ નહિ પણ ઝેરી તાવ હોય ત્યારે ટાઇફોઈડ કે ટાઇફસની વચ્ચે ફાંફાં મારવામાં આવે છે આ ત્રણે રોગ વચ્ચેનો તફાવત અને તેને ઓળખી કાઢવાની સહેલી પદ્ધતિ અહીં સૂચવાઇ છે.

<u>ટાઇફોઇડના લક્ષણો</u> :–પ્રથમ દિવસે તાવ આવે અને અડતાલીસ કલાક ઠંડી લાગ્યા વગર અણઉતાર રહે. જીભ પેટ સાફ થયા પછી પણ મેલી અને કરકરિયા વાળી જણાય, શ્વાસમાં વાસ આવે અને રોગીની આંખો સહેજ લાલ દેખાય ત્યારે ટાઇફોઇડ તરફ લક્ષણો સમજવા. ઘણા રોગીઓને ત્રીજાથી પાંચમાં દિવસે શરીર પર ગુલાબી ગુલાબી ચાંઠાઓ નીકળી પડે છે અને તાવ અણઉતાર રહે છે. આ ચિન્હો દેખાય ત્યારે ટાઇફોઇડ એટલે કે મુદતી તાવ છે એમ સમજવું.

<u>ટાઇફસના લક્ષણો</u>: આ રોગ ટાઇફોઇડથી જુદી જ દિશામાં ચિન્હો સૂચવે છે. ટાઇફસના પહેલાં અઠવાડિયામાં તાવ ૧૦૨ ડીગ્રીથી નીચે જશે જ નહિં; જ્યારે ટાઇફોઇડમાં

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

૯૯ાા અને ૧૦૦ાા ડીગ્રીવચ્ચે મોટે ભાગે તાવ રહે. ટાઇફ્સમાં સાથળનાં મૂળમાં બન્ને બાજુ અને કોઇ વખત એક બાજુ ગાંઠ નીકળે અને છાતીમાં દિવસમાં એકાદ વખત મૂંઝારો જણાય. માથાનો ચાલુ દુખાવો ઉપરના ચિન્હો સાથે રહે. ટાઇફ્સના આ લક્ષણો છે.

<u>ઝેરી તાવના લક્ષણો</u> : ઝેરી તાવના રોગીને પહેલેથી જ ૧૦૩° ૧૦૪° અને ૧૦૫° ડીગ્રી સુધી તાવ આવે, રોગી બેભાન બને અને શુદ્ધિમાં આવે. ઘણી વખત ઠંડી પણ લાગે, આંખો લાલ રહે અને શરીરમાં થોડી થોડી બળતરા થતી હોય તેમ જણાય. છતાં તાવ અણઉતાર રહે.

<u>કારણો</u>: આ ત્રણે રોગના કારણોમાં તો ચેપ એ મુખ્ય છે. એક જગ્યાએથી રોગ ખૂબ જ ઝડપથી બીજી જગ્યાએ જંતુઓથી ફેલાઈ જાય છે. પાણી એ બીજું કારણ છે, દૂધ એ ત્રીજું કારણ છે, તાજાંશાકભાજી ગટર, ગંદી કચરા, ઠંડા પીણાં, આઇસક્રીમ, આઇસફ્રુટ વીગેરે કારણોમાંથી એ જન્મે છે.

<u>ટાઇફોઇડના ઉપચાર</u> : નં. (૧) અભયાદીકવાથ પ્રવાહી ઔંસ અરધો, સંચળ રતી છ સાથે મેળવી દિવસમાં ચાર વખત આપવો. (પરિશિષ્ટમાં અભ્યાદીકવાથ વિષે જુઓ)

નં. (૨) ઝુમખી બોરનું ચૂર્ણ રતી છ દિવસમાં ચાર વખત છાશ સાથે આપવું.

નં. (૩) પટોલાદી કવાથ પ્રવાહી ડ્રામ ૪ દિવસમાં ચાર વખત આપો. (પરિશિષ્ટમાં પથ્યાદી કવાથ વિષે જોઈ લ્યો.)

<u>ટાઇફ્સના ઉપચાર</u> : ઝુમખી બોર અરધો તોલો, ધાણા

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

બે આનીભાર, સાટોડી ૦ા તોલો, છુવારી અજમો ૦ા તોલો, કીડામારી બે આનીભાર અને કાળીજીરી બે આની-ભાર, આ બધું અધકચરું ખાંડી વીસ તોલા પાણીમાં ઉકાળી, દસ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે તેમાંથી ચાર ભાગ કરી દિવસમાં ચાર વખત ચાર ચાર કલાકને અંતરે આપવાથી તથા સાથળના મૂળમાં રહેલી ગાંઠો પર કાળી માટીનો લેપ કરવાથી ટાઇફ્સ દૂર થશે.

<u>સૂચના</u> : આ પ્રયોગ દરમ્યાન રોગીને દુધ, ચા, કોફી, મોસંબી સિવાય કશુ આપવું નહિં રોગીને એક ચોકખા ઓરડામાં રાખવો અને પથારીપણ સ્વચ્છ રાખવી.

<u>ઝેરીતાવનો ઉપચાર</u> : અરણીનું મૂળ બે આનીભાર, સાટોડી ૦ા તોલો, લીમડો ૦ા તોલો, વાળો ૦ા તોલો, કરિયાતું ૦ા તોલો, જીરૂ બે આનીભાર, સોનામુખી બે આનીભાર, સાજીખાર બે આનીભાર, પારસપીપળો બે આનીભાર, ચંદન બે આનીભાર, કાળીજીરી બે આનીભાર, પાણી તોલા વીસ, આ બધું સાથે ઉકાળી દશ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ચાર ભાગ કરી દિવસમાં ચાર વખત ચાર ચાર કલાકને અંતરે આપવું તથા પગના તળિયામાં કાંસાના વાટકાથી ઘી ઘસી મીઠાના નવશેકા પાણીથી પગને જારવા અને કપાળ પર ચંદનનો લેપ સૂકાભીનો રાખવાથી આરામ થશે.

લોહીનું દબાણ

હૃદયરોગના હુમલાને પરિણામે મૃત્યુ નીપજવાના કિસ્સાઓ ખૂબજ બને છે. ક્ષય રોગ માટે લોહીના દબાણ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અથવા હૃદયરોગને મહદ અંશે જવાબદાર ગણી શકાય.

બે પ્રકાર : લોહીના દબાણનાં બે પ્રકાર છે. (૧) ઉંચુ દબાણ અને (૨) નીચું દબાણ.

એ દબાણ ધમનીમાંથી શરૂ થાય છે અને ધમની હૃદયમાંથી શરૂ થાય છે એટલે લોહીના દબાણના તમામ રોગીઓ હૃદયના દર્દના રોગીઓ હોય એ સાવ સ્પષ્ટ છે.

ભૂતકાળમાં આ રોગને 'ધમની અવરોધ' ના નામથી ઓળખવામાં આવતો; આજે એને 'રક્તચાપ' એટલે બ્લડપ્રેશરના નામથી ઘણા ઓળખે છે.
લોહીનું દબાણ નીચું એટલે 'લોબ્લડપ્રેશર અને ઊંચુ એટલે હાઇ બ્લડપ્રેશર એમ બે જાત નક્કી કરવામાં આવી છે.

અમુક જાતના લક્ષણ હોય તો તેનું કારણ પણ નક્કીજ હોય છે માટે ક્રમવાર લક્ષણો આપવામાં આવ્યા છે અને તેજ પ્રમાણે કારણો પણ ક્રમવાર આપવામાં આવ્યા છે.

નીચા લોહીના દબાણ (લોબ્લડપ્રેશર)નાં લક્ષણો: (૧) રોગી બેચેન દેખાય છે અને હાજત ન રોકી શકવાથી મોટે ભાગે બોલતાં અચકાય છે. તેના ચાલવામાં ખામી આવે છે, ઘણી વખત બેશુદ્ધ થઇને પડી જાય છે, ચક્કર આવવાની ફરીયાદ કરે છે, ઉલટી થવા જેવું લાગે છે અને ઘણી વખત ઉલટી થાય પણ છે. દરદીને ખાવાનું મન થતું નથીને આખો વખત પડયા રહેવાનું ગમે છે.

(૨) મો પર ફીકાશ લાગે છે, બોલતાં શ્વાસ ઘૂંટાય છે, ચહેરાની આસપાસ કાળા કાળા ડાઘાંઓ પડી જાય

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

છે, ઊંઘ આવતી નથી. મગજમાં ટકટક જેવો અવાજ થાય છે, બેચેની જણાય છે, પગ તૂટવાની ફરિયાદ કરે છે અને આરામથી બેસી શકાતું નથી.

(૩) આખો વખત કફ નીકળ્યા કરે છે, નાક ઝરે છે, ભૂખ લાગતી નથી, શરીરમાં બેચેની જણાય છે, પેશાબની ખોટી હાજત રહ્યા કરે છે, પ્રમાણમાં પેશાબ વધારે થાય છે, લમણામાં દુખાવો રહ્યા કરે છે.

(૪) મરડો અને ઝાડા એ મુખ્ય ફરીયાદ હોય છે. આમ પડવો એ દરદ માટેનું સૌથી વધારે જાણીતું ચિન્હ છે. પેટમાં દુખાવો રહ્યા કરે છે, અશકિત વધતી જાય છે, ચકકર આવે છે અને ઘણી વખત બેશુદ્ધ થઈને પડી જવાય છે.

(૫) ખૂબ ઝાડા થાય છે અને અશકિત આવી લોહીનું દબાણ નીચું પડી જાય છે.

(૬) લોહીના લાલ રજકણો ઓછાં થવાથી સ્વભાવિક રીતે જ લોહીનું દબાણ ઓછું થાય છે, અને પગ પર સોજા ચઢે છે. ઘણી રખત મોં પર અને પેટ પર પણ સોજા દેખાય છે.

(૭) આખો વખત પેશાબ લાગ્યા કરે છે, પગમાં કળતરા થાય છે, માથું દુખે છે અને લોહીનું દબાણ નીચું જાય છે.

(૮) સાતમા નંબર પ્રમાણેજ તમામ લક્ષણો જોવામાં આવે છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

<u>કારણો</u>: (૧) મૂત્રાશયના રોગો
(૨) દમનો રોગ
(૩) જૂની શરદી
(૪) આંતરડાંના રોગો
(૫) સંગ્રહણી
(૬) પાંડુ
(૭) અતિ ઠંડીમાં ફરવું
(૮) અતિ ઠંડા પાણી પીવાં

કારણ અને લક્ષણનાં અનુક્રમમાં જ ઉપચારો સૂચવવામાં આવ્યા છે.

(૧) શુદ્ધ કરેલું ઝેરકોચલું રતી એક સાથે પીપર રતી છ સવારસાંજ લેવાથી એક માણસમાં આરામ થાય છે.

<u>સૂચના</u>: છાશ અને ખટાશ લેવા નહીં.

(૨) આંકડાનાં ફુલ એક આનીભાર, પીપરીમૂળ એક આનીભાર, પીપર બે આનીભાર, ધતૂરાના બીજ ½ રતી, સોનામુખી એક આનીભાર, આ બધાને દસ તોલા પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેનાં બે ભાગ કરી સવારસાંજ બે માસ લેવાથી આરામ થશે.

<u>સૂચના</u>: રોગ દરમ્યાન છાશ, ખટાશ અને લાલ મરચું ખાવા નહિં.

(૩) આદુનો રસ અને મધ અકેક ઔંસ સાથે મેળવી સવારસાંજ લેવા અને આખા દિવસ દરમ્યાન બે આનીભાર રાઇ અથાણા પર લગાડી કોઇપણ રીતે ખાઈ જવા.

(૪) લાંબો સમય સુધી ઇસફગુલ તોલા અર્ધાનું સવા-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

રસાંજ સેવન કરવું અને લીંમડાની ગળો બબ્બે આનીભારનું ચૂર્ણ સવારસાંજ પાણી સાથે લેવું.

(૫) પીપર બે આનીભાર, જાવંત્રી એક આનીભાર, ભાંગ રતી એક અને ખસખસ એક આનીભાર, સાથે મેળવી સવારસાંજ સાકરના પાણી સાથે બે માસ સુધી લેવાથી આરામ થશે. આ રેાગ દરમ્યાન છાશ અને મેાસંબી સિવાય કશેા ખેારાક લેવેા નહિં.

(૬) પીપ્પલી–વર્ધમાનપ્રયેાગ (૨૧ દિવસ સુધી એકેક પીપર વધારવી અને ૨૨ મે દિવસથી એકેક એાછી કરવી તે પ્રયેાગ–અગાઉ સૂચવાઇ ગયેા છે) ૪૨ દિવસ કરવેા.

<u>સૂચના</u>: દૂધ કેરી તેમજ પપૈયા પર રહેવું.

(૭) તુલસીના પાનનેા રસ બબ્બે તેાલા સવારસાંજ લેવેા

<u>સુચના</u>: ઠંડી હવામાં ફરવું બંધ કરવું.

(૮) સૂંઠીલું બનાવી સવારસાંજ બબ્બે તેાલા ખાવું.

<u>સુચના</u>: ઠંડા પીણાંએા પીવા નહિં અને ઠંડી હવામાં ફરવું બંધ કરવું.

લેાહીનું ઉંચું દબાણ

લેાહીંનું ઉંચું દબાણ નીચેના મુખ્ય રેાગેા અને પરિસ્થિતિએામાંથી ઉદ્‌ભવે છે.

(૧) અતિ દારૂ પીવેા (૨) યકૃતના દરદેા ખાસ કરીને યકૃતનું કેન્સર હેાવું (૩) હૃદયનાં દરદેા (૪) મૂત્ર પિંડના દરદેા (૫) અતિ અબ્રહ્મચર્ય (૬) અતિ અનિયમિતતા (૭)

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ગરમીના રોગો જેવાં કે ચાંદી (૮) લાંબા સમયનો તાવ

લક્ષણો : અનુક્રમે લક્ષણો અપાયા છે અને તેજ પ્રમાણે અનુક્રમે લક્ષણો પ્રમાણે કારણો આપવામાં આવ્યાં છે.

(૧ ઘણી વખત રોગી અર્ધાંગ બને છે, એક વખત ગળામાં ચાંદા પડે, બેશુદ્ધિ આવે માથું સખત દુઃખે, જીવ ગભરાય, ભૂખ ન લાગે અને ગાંડા જેવો બેબાકળો બની જાય, ચાંદા એ મુખ્ય લક્ષણ અને જીવ ગભરાય એ પણ બીજું લક્ષણ છે.

(૨) બેભાન અવસ્થામાં પડયો રહે, ઘણી વખત ગાંડો બની જાય, હૃદયમાં દરદ થતું હોય તેવી ફરીયાદ કરે, બેબાકળો બની નાસભાગ કરે, કોઈક વખત બે અથવા એકાદ પગનો લ... થઇ જાય.

(૩) અર્ધજાગૃત સ્થિતિમાં રહે, શ્વાસોશ્વાસ ઘેરા બને, ભૂખ લાગે નહિં, ઉલટી થવાની દહેશત રહ્યા કરે, ઊંઘમાં ગમેતેમ બબડે અને ઘણી વખત પગ, હાથ તથા પેટ પર સોજો રહે.

(૪) માથું સખત દુખવાની ફરીયાદ કરે, બગાસાં ખાયા કરે, સખત કબજિયાત રહે, ભૂખ લાગે નહિં અને શરીરનો રંગ પીળાશ પડતો જણાય.

(૫) ન બોલવાનું બોલ્યા કરે, ભૂખ, તરસ કે ઊંઘ સમજાય નહિં, શરીર કૃશ થતું જાય, મગજ તંગ રહે વાતવાતમાં ગુસ્સો કરે અને કોઇની સાથે વાત કરવી ગમે નહિં.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(૬) ઘડીમાં ક્ષય થયો છે અને ઘડીમાં હૃદયનું કોઇ મોટું દરદ થયું છે તેવી ફરીયાદ કર્યા કરે, પગની પીંડીઓ સખત તૂટે, જીવ બેચેન રહે, ગુસ્સો ખૂબ થાય અને કોઇપણ વાતમાં મગજની સ્થિરતા સંપૂર્ણપણે જાળવી ન શકે.

(૭) મોઢામાંથી દુર્ગંધ આવે, ગળામાં, જીભપર અને તાળવે ચાંદા પડે, ચહેરાનો લકવો થાય, આંખ પર લાલાશ આવે, મગજ પર નસો ચોકખી દેખાય, તાવ આવ્યો હોય તેવું ગરમ શરીર જણાય, ભૂખ લાગે નહિં. અને ઓડકારો આવ્યા કરે.

(૮) બેભાન પડી જાય, બકબક કરે, શ્વાસોચ્છ્વાસ ઘણાં જ ઝડપી બને.

(૯) આખો વખત સૂઇ રહે સખત ભૂખની ફરીયાદ કરે અને ખૂબ ખાવા છતાં નબળાઇની ફરીયાદ ચાલુ રહે. ઘૂંટણ અને ઘૂંટીમાં દુખાવો થવાની ફરીયાદ કરે.

(૧૦) હૃદયમાં દુખાવો થવાની ફરીયાદ કરે, વાત-વાતમાં ગભરાઇ જાય, પગ પર સોજો ચઢે, મૂત્રાશય ખરાબ થાય,

(૧૧) દરદી થોડા દિવસ બેશુદ્ધ બને, અર્ધાંગ બને અથવા ગાંડો બને, આખો વખત ઊંઘ્યા કરે અને ઊંઘમાં બડબડ કરે, ખાવાપીવાનો ભાવ રહે નહિ અને કોઇ કોઇ વખત પેશાબ ઝાડો પણ બિછાનામાં જ કરે.

<u>કારણો</u> : (૧) લોહીમાં (SYPHILIS) ગરમીનાં જંતુઓ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(૨) અતિ દારૂ પીવો.

(૩) મૂત્રાશયમાં એલ્બ્યુનીન જતું હોય.

(૪) અતિ ઘણા ઉજાગરા.

(૫) અતિ ચિંતા.

(૬) અતિ અબ્રહ્મચર્ય.

(૭) આંતરડાંમાં જૂના મળનું જામી જવું.

(૮) માર લાગવો.

(૯) મધુપ્રમેહ.

(૧૦) હૃદયના રોગના કારણે.

(૧૧) અણધારેલા ફટકાનું પડવું.

ઉપચાર: લક્ષણો પ્રમાણે કારણો અને તેજ પ્રમાણે અનુક્રમમાં ઉપચારો સૂચવવામાં આવ્યા છે.

(૧) કેસરાદીવટી ગોળી બબ્બે સવારસાંજ ગરમ પાણી સાથે લેવી તથા જમ્યા પછી પટોલાદીકવાથ પ્રવાહી ડ્રામ ૪ બે માસ સુધી લેવું. દૂધમાં લસણની છ કળી ઘુંટી સવારે નરણા પી જવી અને રાત્રે ગુલકંદ તોલા બે ગરમ દુધ સાથે લેવો.

સૂચના: ખોરાકમાં તળેલાં ખોરાકો અને મરચું બંધ કરવું.

કેશરાદીવટી ગોળી: વંશલોચન તોલો એક, ચણકબાબ તોલો એક, આમળાં તોલો અરધો, એલચી તોલો એક, સુખડ ચંદન તોલો એક, ખડીસાકર તોલો એક, કેશર તોલો એક, બધું સાથે મેળવી તેમાં પાણી નાખી તેની મગ જેવડી ગોળી બનાવો અને એક શીશીમાં સૂકવીને ભરી રાખો.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પટોલાદી ક્વાથ: પટોલ તોલો એક, (પટોલ એટલે પરવળ), રતાંજલી તોલો એક, કડુ તોલો અરધો, કાળીપાટ તોલો એક, મોરવેલ તોલો એક, કચોરૂં તોલો એક, કરીયાતું તોલો એક, લીમડાંની અંતર છાલ તોલો એક, બધું સાથે અધકચરૂં ખાંડી ભરી રાખો. અને તેમાંથી ૨૦ તોલા પાણીમાં બે તોલા નાખી ઉકાળી અને પાંચ તોલા બાકી રહે ત્યારે ગાળી ચાર ચાર ડ્રામ લેવું.

(૨) દારૂ પીવો બંધ કરવો, માથાપર બરફની કોથળી રાખવી, ચંદનાદી કવાથ પ્રવાહી ડ્રામ ૪ દિવસમાં ત્રણ વખત લેવો.

સુચના: કેવળ દૂધ પર રહેવું.

ચંદનાદીકવાથ બનાવવાની રીત: ચંદન તોલો એક, વાળો તોલો એક, ચણકબાબ તોલો એક, ખડસેલીઓ તોલો એક, ગોખરૂ તોલો એક, ગળો તોલો એક, કાળી દ્રાક્ષ તોલો એક, રસવંતી તોલો અરધો, દારૂ હળદર તોલો અરધો, નાગરમોથ તોલો અરધો, રતાંજલી તોલો અરધો, બધું અધકચરૂં ખાંડી બે તોલા લઇ ૨૦ તોલા પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાંથી ચાર ચાર ડ્રામ લઇ લેવું.

(૩) ચંદનાદીકવાથ (પરીશષ્ટમાં જોઇ લ્યો) પ્રવાહી ડ્રામબે, ધાણ્યાદીકવાથ પ્રવાહી ડ્રામ બે, મૂળાનો ક્ષાર એક આનીભાર, જવનો ક્ષાર એક આનીભાર, આ બધું સાથે મેળવી એમાંથી બે ભાગ કરી તેમાં એક ચમચી પાણી ઉમેરી સવારસાંજ લેવું.

સૂચના: મોસંબીનો રસ અને નાળિયેરના પાણી સિવાય

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કશું લેવું નહિ.

ધાણ્યાદિકવાથ : ધાણા તોલા એક, વાળો તોલો એક, બીલાં તોલો એક, મોથ તોલો એક, આ બધું અધકચરૂં ખાંડી તેમાંથી એક તોલો લઇ દસ તોલા પાણીમાં ઉકાળી અઢી તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાંથી બબ્બે ડ્રામ લઇ લેવું.

(૪) સૂઇ રહેવું, માથા પર બ્રાહ્મીનું તેલ ઘસવું અને શંખાવલી ચૂર્ણ બબ્બે આનીભાર ગરમ દૂધ સાથે લેવું તથા દરરોજ સવારે દશ બદામનો શીરો ખાવો.

(૫) ચિંતા છોડી દેવી; ગંધીલોવજ એક આનીભાર, ઘોડાવજ એક આનીભાર, જટાંમાંસી બે આનીભાર, સાથે મેળવી સવારસાંજ પાણી સાથે લેવું અને તાજાં આમળા નંગ ૭ દિવસ દરમ્યાન ચૂંસી જવાં.

(૬) બ્રહ્મચર્ય પાળવું; કૌંચા બે આનીભાર, શતાવરી બે આનીભાર, ૦। શેર દૂધમાં ઉકાળી સવારસાંજ દુધ પી જવું.

(૭) ઇસબગુલ અરધો તોલો સવારસાંજ ૦। શેર ગરમ દૂધમાં બે તોલા ગરમ ઘી નાખી ગરમ-ગરમ દુધ સાથે લઇ લેવું અને પેટ પર અર્ધો કલાક ગરમ પાણીનો શેક રાત્રે સૂતી વખતે કરવો. પ્રયોગ એક માસ કરવો.

સૂચના : દૂધ અને કેરી સિવાય કશુ લેવું નહિં.

(૮) જ્યાં માર લાગ્યો હોય ત્યાં ઔષધ લગાડવું. સર્પગંધા એક આનીભાર, અને શંખાવલી એક આની-ભાર ગરમ દૂધ સાથે સવારસાંજ લેવાં.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સુચના : ખોરાકમાં પ્રવાહી સિવાય કશું જ લેવું નહિં.

(૯) મધુપ્રમેહના આગળ આપ્યા પ્રમાણે ઉપચારો યોજી લેવા.

(૧૦) અર્જુનછાલ બે આનીભાર, સર્પગંધા બે આનીભાર પીપર બે આનીભાર, ગંધીલોવજ બે આનીભાર, પાણી તોલા દશમાં ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ આપવું ઉપરાંત વાવડીંગનું પાણી ઉકાળીને આપવું.

સુચના : તળેલાં ખોરાકો ખાવાં નહિ, બ્રહ્મચર્ય પાળવું અને સાંજે જમવું નહિં.

(૧૧) દશમા કારણના તમામ ઉપચારો યોજવા તથા દશ બદામનો શીરો બનાવી ખાવો.

રાઈનો સફળ પ્રયોગ : કોઈ પણ જાતના નીચા લોહીનાં દબાણમાં રાઈનો પ્રયોગ સફળ નીવડશે એટલે નીચા લોહીના દબાણના કોઈપણ કારણની અંદર રાઈ વાપરવી એ સલાહભર્યું છે.

સર્પગંધા ને સોનામુખી : ઉંચા લોહીના દબાણમાં સર્પગંધા સોનામુખી સાથે કોઈપણ કારણમાં આપવાથી ઝડપી સારૂં પરિણામ આવશે.

લોહીનું દબાણ કેટલું હોય : સ્વભાવિક લોહીનું દબાણ દરેક માનવીમાં ૧૦૦ અને પોતાની ઉંમર હોય તેટલું ૧૦૦ માં ઉમેરો તેને સ્વાભાવિક દબાણ ૩૫ વર્ષ સૂધી ગણાય એવો આધુનિક વિજ્ઞાનનો અભિપ્રાય છે.

૧૩૫ ઉપરનું લોહીનું દબાણ અને ૧૫૦ સુધીનું દબાણ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

૫૦ વર્ષની ઉંમર સુધીના માનવી માટે ખાસ નૂકશાનકારક નથી પણ તેથી વધારે ઉંચું દબાણ કોઈ પણ ઉંમરની વ્યક્તિ માટે ભયની નિશાનીનું સૂચક છે.

લકવો

લકવો હાથ અને પગનોજ હોય એવી સામાન્ય લોકોની માન્યતા હોય છે પણ એ માન્યતા સાચી નથી, તે વાત ૧૬ જાતના લકવાઓ આજે જાણમાં આવ્યા હોવાની હકીકતો પરથી પૂરવાર થાય છે. શરીરના જુદા જુદા વિભાગો પર જુદાં જુદાં કારણોને લઈને લકવો થાય છે. પણ લકવો થવાના મુખ્ય કારણોમાં ચાંદીના રોગો, અતિશય અનિયમિતતા તેમજ ચિંતાનો અતિ બોજો કારણરૂપ છે. લકવાની સોળ જાતોમાંથી સૌથી પહેલાં આપણે ચહેરાના લકવા વિષે વિચારીશું.

ચહેરાનો લકવો

<u>ચહેરાનો લકવો</u>: ચહેરાનો લકવો કોઈ કોઈ વખત ચહેરાની એક બાજુ થાય છે અને ઘણી વખત બંન્ને બાજુ થયેલો જોવામાં આવે છે. લકવાના ચિન્હોમાં કોઈ વખત એક બાજુનું મોઢું વાકું થઈ જઈને તેમાંથી થૂંક નીકળે છે તો કોઈ વખત આંખ વાંકી થઈ જાય છે. ઘણી વખત નાકના ભાગ પર અસર થાય છે. પણ મોટે ભાગે મોંફાડ પર અસર થયેલી જોવામાં આવે છે. ખોપરીની સાતમી રક્તવાહિની ઘણી વખત તૂટી જાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અને માંસપેશીઓને લોહી મળવાનું બંધ થતાં, જે વિભાગને લોહી મળવાનું બંધ થાય તે વિભાગ લકવાનો ભોગ બને છે.

ઘણી વખત એ રક્તવાહિની બહેરા જેવી બની જઈ પોતાનું કામ સંપૂર્ણપણે કરી શકતી નથી તેથી પણ એમ બને છે. અને ઘણી વખત તે પર આંચકો આવી જવાથી આવી જાતનું પરિણામ આવે છે. આમ થવાના જુદાં જુદાં કારણો ઘણા છે.

અમુક લક્ષણો અમુક કારણોનેજ આભારી છે માટે અહીં અનુક્રમે લક્ષણો અને કારણો આપવામાં આવ્યા છે, ચહેરાના છ વિભાગો પર છ કારણોને લઇનેજ અસર થવા પામે છે.

(૧) મોઢું વાંકું થઇ જાય છે અને આંખની નીચે સોજો જણાય છે.

(૨) બંને બાજુની મોંફાડ વાંકી બની, આંખનો ભાગ નીચે ખેંચાઇ આવે છે.

(૩) ગાલ પર સૂનાપણું આવી જાય છે અને પરિણામે એક બાજુનું મોઢું વાકું બને છે.

(૪) કોઇ વખત એક બાજુ કે કોઇ વખત બન્ને બાજુ અને કોઈ વખત તેની સાથે આંખના વિભાગ પર પણ અસર થાય છે.

(૫) એક બાજુનું મોઢું તથા આંખ ખૂબજ વાંકી થઇ જાય છે અને તે કારણે નાક વાંકુ બને છે અને જીભ તોતડાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(૬) છઠ્ઠા કારણને આભારી લક્ષણોમાં તો મેં હું સાધારણ વાંકું થાય છે અને જીભ તોતડાય છે.

લક્ષણો પ્રમાણે અનુક્રમે કારણો આપવામાં આવ્યા છે

(૧) લાંબો સમય સુધી સખત શરદી રહેવી
(૨) ચાંદીના રોગને કારણે ખોપરીની રક્તવાહિનીઓ પર અસર થવી
(૩) પ્રજીવક તત્વ 'બ'ની ખામી
(૪) માથા પર સખત મારનું લાગવું
(૫) ચિંતાનો અણધાર્યો બોજો આવી પડવો
(૬) અતિ અબ્રહ્મચર્ય

કારણો પ્રમાણે ઉપચાર આપવામાં આવ્યા છે.

પહેલાં કારણથી થયેલા લકવામાં શરદીની તમામ ઔષધીઓ ઉપયોગી છે. એમાં પણ મુખ્યત્વે આકડાનું પંચાગ ઘણી અગત્યની ઔષધી છે. આકડાના પાનને દીવેલ લગાડી; શેકી મોંપર બાંધી દેવા અને આકડાના ફુલને અડધો અરધ મીઠું મેળવી બાળી નાખી અકેક આનીભાર દિવસમાં ચાર વખત પાણી સાથે લેવાથી થોડા દિવસમાં જ શરદીથી થયેલો લકવો દુર થાય છે.

સૂચના : આ લકવા દરમ્યાન ઠંડા પીણાઓ તેમજ ખટાશથી દુર રહેવું.

બીજા કારણથી થતાં ચહેરાનાં લકવાનાં ઉપચારોમાં મહદ અંશે સોમલ, રસકપૂર અને પારા જેવાં જોખમી ઔષધો છે.તેથી તેના ઉપયોગની હકીકત અહીં આપવી જોખમ કારક લાગે છે. આવા ઉપચારો તબીબી દેખરેખ નીચેજ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કરવા વધારે સલાહકારક છે. એ છતાં સામાન્ય ઉપચાર તરીકે પટોલાદીકવાથ પ્રવાહી ડ્રામ ૪ દિવસમાં ત્રણ વખત લેવો અને લકવાના ભાગ પર લાક્ષાદિ તેલનું માલીસ કરવું હિતકર છે.

પટોલાદી કવાથ માટે પરિશિષ્ટમાં જોઈ લ્યો.

ત્રીજા કારણના લકવાથી થતી અસર નાબૂદ કરવા માટે વીટામીન 'બી'ની કોઈ પણ બનાવટ લઇ શકાય. આપણા ખોરાકમાં ઘઉંની થૂલી કેળાં તેમજ ચોખાના ફોતરા પ્રજીવક 'બ'થી ભરેલાં છે તેથી તે ખાવાથી મોટો ફાયદો થાય છે. આ ઉપરાંત દિવસમાં ચાર વખત અકેક ઔંસ દ્રાક્ષસવ લઇ મોઢા પર ભૈરવશીંગનું તેલ લગાડવાથી એ જાતનો લકવો દૂર થાય છે.

ચોથા કારણથી થતા લકવામાં આમળાં અને શંખાવલી જેવા સૌમ્ય ઉપચારો કરવા અને લાગેલા માર પર મલમપટી કરી લીધા પછી પ્રજીવક ('ક') વાળા ઔષધો મુખ્યત્વે લેવા. આ ઔષધોમાં આમળાંનું સ્થાન પ્રથમ છે. મોસંબી, સંતરા, લીંબું અને લીલાં મરચાં એ પ્રજીવક તત્વ 'ક' ધરાવનારા મુખ્ય ખોરાકો છે. લકવાના ભાગ પર મહામાસાદી તેલનું માલીસ કરવું હિતકર છે.

લકવાના પાંચમા કારણવાળાએ ચિંતા દૂર કરવી અને લાંબા સમય સુધી બબ્બે આનીભાર શંખાવલી સવારસાંજ ગરમ દૂધ સાથે લેવી. તાજાં આમળાં નંગ છ મળી શકે ત્યાં સુધી દરરોજ ચૂસી જવા. ગંધીતૈલવજ એક આનીભાર સવારસાંજ પાણી સાથે લેવો અને મોઢા પર સરસિયા તેલનું માલીસ કરવું.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

છઠ્ઠા કારણથી થતા લકવાના ઉપચારમાં બ્રહ્મચર્યનું પાલન આવશ્યક છે. ઔષધોપચારમાં શતાવરી એક આનીભાર અને કૌંચા ચૂર્ણ એક આનીભાર સવારસાંજ દૂધમાં ઉકાળી લેવાં તથા ચ્યવનપ્રાસ તોલા બે સવાર સાંજ લઈ ઉપરથી ગરમદૂધ પીવું અને ચહેરા પર માલ-કાંગણાના તેલનું માલીસ કરવું હિતકર છે.

શ્વાસનળી ને સ્વરનળીના લકવા

આ લકવો ભાગ્યેજ થવા પામે છે. શ્વાસનળી પર ઘણો વધારે બોજો આવે અથવા ચાંદાં પડે અથવા ઘણી વખત આંતરડાંના કારણે શ્વાસનળીની રકતવાહિનીઓ અને જ્ઞાનતંતુઓ બહેરા થઇ જાય છે. પરિણામે શ્વાસનળી અને સ્વરનળી બંનેના લકવા થાય છે.

આ લકવો થવાથી શ્વાસલેવાના જ્ઞાનતંતુઓની સહાય અટકી જાય છે. શ્વાસ સરખો લઇ શકાતો નથી અથવા શ્વાસ બંધ થઈ જાય છે અને ઘણી વખત તેમાંથી મૃત્યુ નિપજ્યું હોવાનું પણ જાણવામાં આવ્યું છે.

બીજી બાજુ સ્વરનળીના દરદમાં મોટે ભાગે બોલવાનું મુશ્કેલ બને છે અને ખોરાક લેતી વખતે દુખાવો વિગેરે થાય છે.

ત્રણ કારણોને લઇને થતાં આ લકવાના પહેલાં અનુક્રમે લક્ષણો આપવામાં આવ્યા છે અને પછી કારણો આપ્યા છે.

(૧) મોટે ભાગે સ્ત્રીઓમાં પુરૂષો કરતાં આ રોગ વધારે પ્રમાણમાં હોય છે અને એ ભાગમાં બહેરાપણું આવવા

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

છતાં ત્યાં દુખાવો હોતો નથી, મોટેથી બોલી શકાતું નથી, ઘણી વખત અન્નનો ખોરાક ગળવામાં મુશ્કેલી પડે છે. ઘણી વખત રોગીને હીસ્ટીરીયા વિગેરે આવી જાય છે. કેટલીક વખત કફ કાઢવા માટે પણ મુશ્કેલી પડે છે અને ઘણી વખત થુંક ગળવું પણ ભારે થઇ પડે છે.

(૨) આ કારણ દરમિયાન ફેફસાં પર પણ અસર થયેલી હોય છે. રોગી બેભાન બની જાય છે, ગળાનો ઉપરનો ભાગ ઉંચો નીચો થઈ શકતો નથી, જીભનો અર્ધોભાગ નકામા જેવો બની જાય છે અને રોગી આખો વખત બેચેની અનુભવે છે.

(૩) શ્વાસ લેવામાં ઘણીજ મુશ્કેલી પડે છે. આંખો ઉંચી ચઢી જાય છે, ગળામાં સખત દુખાવો રહે છે, કોઇ વખત સાથે તાવ પણ આવે છે, કોઇ વખત થુંક ઉતારી શકાતું નથી અને મોટે ભાગે અનાજ લેવામાં સખત દુખાવો થાય છે, ગળું અને છાતી પર પણ ઘણી વખત શ્વાસ ન લઇ શકવાને કારણે દરદી બેશુદ્ધ જેવું થઇ જાય છે.

<u>લકવાના ત્રણ કારણો</u>: આ જાતનો લકવા મુખ્ય ત્રણ કારણોસર થાય છે પણ તેના પેટા કારણો ઘણાં છે. મુખ્ય ત્રણ કારણો આ છે.

(૧) આહારવિહાર

(૨) ગરમીનાં દરદો

(૩) હવામાન અને બહારના ચેપો, આહારવિહારમાંથી થતું દરદ મોટે ભાગે આંતરડાં પર અસર કરે છે અને તે અસર જીભ અને ગળા પર મહદ અંશે દેખાય છે. તેને

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

લીધે શ્વાસનળી અથવા સ્વરનળી પર સોજો ચઢે છે, કેટલીક વખત બંને પર સોજો ચઢે છે.

ગરમીના દરદોમાંથી થતું દરદ મુખ્યત્વે ગળામાં શ્વાસનળી અગર સ્વરનળી પર ફોલ્લાઓ નીપજાવે છે અને તેમ કરી ત્યાંના જ્ઞાનતંતુઓનો નાશ કરે છે અને પરિણામે ત્યાંનો લકવો થાય છે.

ઝેરી હવામાનમાં રહેવાથી ઘણી વખતે શ્વાસોચ્છ્વાસની નળી મોટી થઈ જાય છે કે રૂંધાઈ જાય છે અને પરિણામે આ જાતનો લકવો ઉભો થાય છે. બહારના ચેપો લાગવાથી પણ ઘણી વખત ચાંદા પડે છે. ઘણી વખત આખી નળી પર સોજો આવે છે, તો કોઈ કોઇ વખત નળીનો અમુક ભાગ ખવાઇ જાય છે.

<u>લકવાના ત્રણ વિભાગ</u>: વિદેશી તબીબોએ આ લકવાના ત્રણ વિભાગ પાડયા છે. જેને લક્ષણની દ્રષ્ટિએ વ્યાજબી ઠરાવી શકાય અને તે કારણે ત્રણે વિભાગો ઉપયોગી છે. એ વિભાગો અનુક્રમે (૧) 'ફંકશનલ' એટલે વિક્રિયા પામેલું (૨) યુનીલેટરલઓર્ગેનીક એટલે બાહ્યઅવયવ પ્રશ્વાદ વિભાગ અને (૩) 'બાઇલેટરલ ઓર્ગેનીક' એટલે પાછળની બાજુના અવયવોનો વિભાગ.

આ ત્રણે વિભાગોના લક્ષણો અનુક્રમે અગાઉ અપાઈ ગયા છે.

<u>ત્રણેય કારણોના ઉપચારો</u>: (૧) કેવળ દૂધ પર બે માસ રહી સવારસાંજ બબ્બે ચમચી દીવેલ આપવું અને ગળાને ફરતો હળદરનો લેપ કરવો તથા ગળામાં મધ અને હળદર

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

મેળવીને લગાડવા. આ પ્રયોગ ત્રણ માસ સુધી કરવો.

(૨) પટોલાદી કવાથ (પ્રવાહી) બબ્બે ચમચા સવારસાંજ આપવો અને બહારના ભાગ પર ચંદનનો લેપ કરવો તથા દરરોજ રાત્રે ૦। તોલો હીમેજ ગરમ પાણી સાથે લેવી આ પ્રયોગ બે માસ ચાલુ રાખવાથી અવશ્ય આરામ થશે.

(૩) હવામાનની શુદ્ધિ માટે અગરબત્તી અને ધૂપ ઘણાં જરૂરી છે. આખો વખત ગરમ પાણીમાં મીઠું નાખી તેને શ્વાસોચ્છ્વાસ દ્વારા ખેંચવું અને બહારના ભાગમાં હળદરનો લેપ લગાવવો. રાતે કોઇપણ ઔષધ લેવું જેથી દસ્ત આવે. સવારસાંજ ચંદનાદીકવાથ (પરિશિષ્ટમાં જોઇ લ્યો) પ્રવાહી અકેક ચમચી લેવો.

સુચના : ત્રણે પ્રકારોમાં કેવળ પ્રવાહી પર રહેવું અને દસ્ત સાફ રહે તે માટેની કાળજી રાખવી.

પગનો પક્ષાઘાત

પક્ષાઘાત અને લકવામાં જે મહત્વનો તફાવત છે એ સમજવા જેવો છે. પંક્ષાઘાત એટલે એકજ બાજુનો વિનાશ. પગનો પક્ષાઘાત એકજ બાજુએ થાય છે બન્ને પગોમાં થતો પક્ષાઘાત લકવાને નામે ઓળખાય છે. કેટલાક લોકો અધુરી સમજથી બન્ને બાજુના પગ ખોટા થાય તેને પણ આ રોગના નામથીજ સંબોધે છે.

આ રોગમાં રોગી એક બાજુના પગમાં સંપૂર્ણ નબળાઇ હોય એવી ફરીયાદ કરે છે. ઉપડવામાં ભારે લાગે અથવા તો ઈચ્છિત જગ્યાએ પગ ન મૂકી શકાય એટલુંજ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

નહિં પણ બન્ને બાજુની ઢાંકણીઓમાંથી આંચકા નીકળતા હોય તેમ જણાય. પગની વળાંક વિગેરે ખોટી હોય તેમ લાગ્યા કરે.

બે મુખ્ય જાતો: પગના પક્ષાઘાતની બે મુખ્ય જાતો છે: (૧) માંસપેશીઓનું શૂન્યવત બની જવું (૨) માંસપેશીઓમાં ચેતન રહેવું.

આ બે વિભાગમાંથી પહેલા વિભાગ વિષેના સચોટ નિદાન માટે તેના મુખ્ય બે વિભાગ પાડી નાખવાથી નિદાનની ચોકસાઈ મળી આવે છે. એ બે વિભાગોમાં (૧) ખોપરીના આંતરિક વિભાગને અસર થવાથી થતો પક્ષાઘાત અને (૨) ખોપરીના આંતરિક વિભાગને સ્પર્શ થયા વગરનો પક્ષાઘાત.

પહેલાં પક્ષાઘાત દરમ્યાન રોગી જે વિભાગ પર પક્ષાઘાત થાય તે વિભાગની સર્વ ચેતનતા ખોઈ નાખે છે. જ્યારે બીજી જાતમાં જે ભાગપર પક્ષાઘાત થાય તે ભાગના અમુક વિભાગોમાં ચેતન રહે છે અને અમુક ઓછા ચેતનવાળા થાય છે.

આ પક્ષાઘાતના મુખ્ય પાંચ કારણો છે અને આ કારણોમાંથી થતા પક્ષાઘાતનાં લક્ષણો પરથી પાંચે જાતના કારણો પકડી શકાય અને એ કારણો અને લક્ષણોને સાથે મેળવી એમાંથી કઇ જાત પક્ષાઘાતની છે તે જાણી શકાય.

લક્ષણો :પહેલાં લક્ષણો આપી પછી તે પ્રમાણે કારણો આપ્યા છે.

પગમાં ઓછું ચેતન હોવું, વાળવામાં મુશ્કેલી પડવી,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ટચાકા નહિ ફુટવા, મોટે ભાગે ઘૂંટણ અને ઘૂંટીનાં હાડકાઓ પર અસર થવી, આ રોગમાં માંસપેશીઓને કંઇજ અસર થતી નથી એ મુખ્ય નિશાની છે.

પેટનું ઢમઢોલ થઈ જવું. ખાસ કરી પહેલાં બે કારણોથી થતો પક્ષાઘાત કરોરડજ્જુના દશમા મણકા પર અસર કરી પેટના નીચેના ભાગને ફુલાવી મોટો બનાવી ઢોલ જેવો વાગે છે. જો કરોડ રજ્જુના દશમા મણકાથી ઉપરના ભાગમાં સોજો હોય તો પેટનો ઉપરનો ભાગ ઢોલ જેવો વાગે છે અને વાયુ ભરાઇ આવે છે. અને જો છેલ્લા ચાર મણકાની ઉપરના ભાગમાં અને દશમા મણકાની પછીના ભાગમાં સોજો હોય તો એકાદ હાથમાં પણ પગની સાથોસાથ નબળાઈ જણાવા માંડે છે એ એનું મુખ્ય ચિન્હ છે પણ બ્રહ્મરંધ્ર પર કશી અસર થાય તો હાથ, પગ અને મોં એ ત્રણે પર પક્ષાઘાત થયેલો જોવામાં આવે છે. આ લક્ષણો ત્રીજાથી પાંચમા કારણને અનુરૂપ છે.

આ વિભાગને અંગ્રેજીમાં 'સ્પાસ્ટિક પેરેલાઇસીઝ'ના નામે ઓળખવામાં આવે છે.

બીજી જાતમાં મોટે ભાગે શરીરનો પક્ષાઘાત વાળો વિભાગ થોડો અક્કડ બની જાય છે. અથવા જડ બની જાય છે. તેની અંદર માંસપેશીને કોઈ જાતની અસર થતી નથી તેથી તે ભાગ તદ્દન ખોટો પડતો નથી, ઘૂંટી અને ઘૂંટણના આંચકાઓ ઉપરની જાત કરતાં કદાચ વધારે ખરાબ જણાય પણ તેનો તદ્દન નાશ થયેલો હોતો નથી. તેના નાનામાં નાના આંચકાઓ પણ મળતા જોવામાં આવે છે. ઘણા

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

લક્ષણો ઉપરની જાતનેજ મળતા આવે છે પણ ખાસ કરીને પગની એડી અનેઆંગળાં જમીન સાથે ઘસાતા હોય છે. ઘણી વખત આખા પગના હલનચલનમાં કંઈ મુશ્કેલી દેખાતી નથી પણ ઉભા થવામાં કે ચાલવામાં એ ભાગ તદ્દન નકામો હોય તેવો લાગે છે. ઘણી વખત તેની સાથે એક બાજુનો હાથ પણ પગની જેમ અચકાય છે. આવી જાતને અંગ્રેજીમાં 'હિસ્ટેરીકલ પેરેલાઇસીઝ' કહેવામાં આવે છે.

<u>કારણો</u> : (૧) ઓચિંતો ઘણોજ સખત તાવ
(૨) લાંબો વખત શરદી અને તેવાંજ શરીરમાં પાણી ભરાઈ રહેનારાં દરદો
(૩) ઉપદંશ
(૪) સન્નિપાત જ્વરમાંથી ઉદ્‌ભવ
(૫) કોઈકિ વખત માતા જેવા રોગમાંથી ઉત્પત્તિ.

આ પ્રમાણે આ રોગના પાંચ કારણો છે.

<u>ઉપચાર</u> : પહેલી અને બીજી જાતના ઉપાયો સાધારણ રીતે એકબીજાંને મળતા છે. પણ ખોપરીમાં અસર થયેલી જાતનો ઉપાય અને નહિં અસર થયેલી જાતના ઉપાય વચ્ચે જ્ઞાનતંતુઓને જેટલું લાગે વળગે છે એટલો ફેરફાર છે. પહેલી જાતનો ઉપાય મુખ્યત્ત્વે ઔષધિય અને બાહ્ય ઉપચારથી થાય છે. આજના યુગમાં વિજળીના ઉપચારોને મહત્ત્વ અપાયું છે, જે બાહ્ય ઉપચાર તરીકે ખોટું નથી પણ જ્યાંસુધી આંતરિક લાગે વળગે છે ત્યાંસુધી તે ઉપચાર સંપૂર્ણપણે સફળ થતો નથી. તેલનું માલીસ,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આકડાનાં પાનનો શેક અને ધીરૂં ઉષ્ણકટિસ્નાન બાહ્ય ઉપચારો માટે ઘણાં ઉપયોગી છે. જે જાતના કારણોમાંથી પક્ષાઘાત થયો હોય તે જાતના અનુક્રમે નીચેના પાંચ તેલો બાહ્ય ઉપચાર માટે ઉપયોગી છે.

(૧) મહામાસાદી તેલ (૨) ભરવશાંગનું તેલ (૩) ચંદનાદી તેલ (૪) અહિફેનાદી તેલ (અફીણ સાથે મેળવેલું તેલ) (૫) લસુનાદી તેલ. આ પાંચે તેલોનું અનુક્રમે કારણો પ્રમાણે નીચેથી ઉપર માલીસ કરવું અને તેને ઓછામાંઓછું બે કલાક રહેવા દેવું.

<u>ખાવાના ઔષધોમાં</u>: (૧) દૂધ તોલા ચાર સાથે લસણની કળી નંગ ૧૪ વાટી પી જવું.

(૨) શિલાજીત બબ્બે આનીભાર સવારસાંજ લેવું.

(૩) મહારાસ્નાદી ક્વાથ (પરિશિષ્ટમાં જોઇ લ્યો) પ્રવાહી ડ્રામ બે સાથે દિવેલ ડ્રામ એક મેળવી સવારસાંજ લેવું.

(૪) યોગરાજ ગુગળ અગર ત્રિફળા ગુગળની બબ્બે ગોળી દિવસમાં ત્રણ વખત પાણી સાથે લેવી.

(૫) કૌંચાનું ચૂર્ણ બબ્બે આનીભાર ગરમ દૂધ સાથે સવારસાંજ લેવું.

<u>**સુચના**</u>: ખોરાકમાં વધારેમાં વધારે અડદનો ખોરાક ખાવો અને તળેલાં ખોરાકો, ખટાશ તેમજ કઠોળથી દૂર રહેવું.

<u>**યોગરાજ ગુગળ**</u>: ચિત્રક એક તોલો, યવાની અજમો એક તોલો, સુવા એક તોલો, વાવડીંગ એક તોલો, પીપરીમૂળ એક તોલો, અજમોદ એક તોલો, જીરૂ એક તોલો, શાહજીરૂ એક તોલો, દેવદાર એક તોલો, ચવક

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

એક તોલો, એલચી એક તોલો. સિંધાલૂણ એક તોલો કઠ એક તોલો, રાસ્ના એક તોલો, ગોખરૂ એક તોલો, ધાણા એક તોલો, ત્રિફળાં એક તોલો, મોથ એક તોલો, સૂંઠ એક તોલો, પીપર એક તોલો, તજ એક તોલો, વાળો એક તોલો, જવખાર એક તોલો, તાલીસપત્ર એક તોલો, તમાલપત્ર એક તોલો, બધાનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી, ત્યારબાદ ૨૫ તોલા ગુગળને ઘી વડે ગરમ કરી તેમાં ઉપરના મશાલાઓ મેળવી માટીના રીઢા વાસણમાં રાખી ગોળી બનાવો.

ત્રિફળાં ગુગળ માટે પ્રરિશિષ્ટમાં જોઇએ.

હાથનો પક્ષાઘાત

હાથમાં થતાં પક્ષાઘાતને ઓળખવાનું જરા અઘરૂં છે અને ઘણી વખત એમાં ભૂલ થવાનો સંભવ રહે છે. હાથના એવાં બીજાં કેટલાંક દરદો થાય છે કે જેને કારણે હાથ મોટો થયેલો દેખાય અથવા ઘણી વખત પક્ષાઘાત જેવો દેખાય. આ ગેરસમજને કારણે ખોટું નિદાન થતું હોઇને કેટલીક વખત એ અંગેના ઉપચારો ખોટા લેવાય છે અને પરિણામે દરદીના દરદમાં સુધારો થવા પામતો નથી. આમ ક્યારેક દરદી જીવલેણ રોગનો ભોગ પણ બની જવા પામે છે.

<u>ચોક્કસ નિદાન હોવું ઘટે</u>: આ સંજોગોમાં સાચો માર્ગ એ છે કે નિદાન કરતી વખતે બીજાં કેટલાંક આવશ્યક લક્ષણો ઉપર પણ ધ્યાન આપવામાં આવે. આમાં

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

એ મુદ્દાઓ લક્ષમાં લેવાના રહે છે. (૧) હાથનાં સાંધાઓને સાધારણ ઝટકો આવવાથી આખી હીલચાલ દેખાડે તે તરફ મુખ્ય લક્ષ આપવું, (૨) હાથ ઉંચોનીચો કરતાં હાથનો કયો ભાગ જુદો રહે છે તે તરફ ધ્યાન આપવું. ઘણી વખત આંગળીઓની અથવા હાથનાં પોંચાઓની શક્તિ જવાને કારણે હાથ ઉંચો થઈ શકતો નથી અને તેવી રીતે પક્ષાઘાતનાં અનેક ખોટાં નિદાનો થયેલા જાણવામાં આવ્યા છે.

પક્ષાઘાત કેમ સમજવો ?

ખોટા થયેલા વિભાગ પર ટાંચણી લગાડવાથી અથવા ચીંટીઓ ભરવાથી જો કશી જ અસર દેખાય અને આંગળાં વાળવામાં તથા સાધાઓનાં હલનચલનમાં કશી મુશ્કેલી ન જણાય તો પક્ષાઘાત નથી એમ નક્કી સમજવું. પણ એની સાથે સાથે ટાંચણી ન લાગે અને સાથોસાથ સાંધાઓના હલનચલન અને આંગળાં એમાં પણ મુશ્કેલી પડે તો તે સાચું લકવાનું સ્વરૂપ છે તેમ સમજી જવું.

<u>થતી ગેરસમજનો ઉપાય</u>: ઘણી વખત રોગી પોતાની આંગળીઓનાં હલનચલનમાં મુશ્કેલીને કારણે પક્ષાઘાત હોય તેમ સમજી બેસે છે અને તેનાં ઇલાજો કર્યા કરે છે પણ આ પક્ષાઘાત ખરેખરો છે કે નહિં તે નક્કી કરવા માટે રોગીના હાથમાં કોઇપણ વસ્તુ આપી તેને જોરથી પકડવાને કહેવું અને જો હાથના પોંચામાં તે વસ્તુ સંપૂર્ણપણે અથવા તો મોટે ભાગે પોંચામાં ભીંસો લઈ શકે તો તે પક્ષાઘાત નથી એમ નક્કી સમજવું અને તે માત્ર નાની રક્તપોષક

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વાહિનીઓનું કારણ છે એમ સમજવું. ઘણી વખત રોગી હાથમાં કલમ પકડવાને અશક્ત હોય છે તેથી પોતાને પક્ષાઘાત છે એમ માની લે છે પણ માંસ-પેશીઓમાં રહેલી ક્ષતિને કારણે અથવા તો સાંધાઓ જકડાઈ જવાને કારણે પણ કલમ ઉપાડવી મુશ્કેલ બને છે તેથી તે પક્ષાઘાત નથી એમ નક્કી સમજવું.

ઘણી વખત આખો હાથ ઉંચકવાની અશક્તિને કારણે પણ રોગી પક્ષઘાતની ફરીયાદ કરે છે પણ સાંધા-ઓના જકડાઈ જવાના કારણે અને ઘણી વખત કેલ્શીયમની ક્ષતિને કારણે હાથ ઉંચકી શકતો નથી તેથી તેવું નિદાન પક્ષાઘાતના ખોટા નિદાનમાં દોરવી જાય છે તે માટે ખાસ સાવચેતી રાખવી.

<u>લક્ષણો</u>: (૧) હાથનું ખોટું પડી જવું, (૨) હાથથી કોઈ પણ વસ્તુ નહિં ઉંચકાવી. (૩) જે હાથ પર પક્ષાઘાત થયો હોય તેની સામેનો પગ અને ઘણી વખત આંખની કીકી પર પણ તેની અસર થવી. (૪) સાંધાઓમાં દુઃખાવો થવો (૫) હાથના પોંચાઓમાં ભીડો ન લેવાવો (૬) હાથ વડે કલમ પકડવાને અશક્ત હોવું (૭) ખભા પરથી સીધો હાથ ઉંચો ન જવો.

<u>કારણો</u>: (૧) મગજપર ઓચિંતો આઘાત લાગવો (૨) ચાંદી પરમાના દરદમાંથી પક્ષાઘાત થવો (૩) મગજમાંની એકાદ નસમાં માર લાગવાથી ખામી આવી જવી (૪) લોહાની અંદર ક્ષતી રહેવી. (૫) લાંબા સમયના જુના દરદો (૬) બહુંજ ઉંચો તાવ આવવો તે કારણે થવો.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કારણો પ્રમાણે ઉપચાર આપ્યા છે.

ઉપચાર : (૧) મહારાસ્નાદીકવાથ પ્રવાહી ડ્રામ બેમાં દિવેલ ડ્રામ એક નાખી દિવસમાં ત્રણ વખત ત્રણ માસ લેવું અને કૈશોર ગુગળની બબ્બે ગોળી ગરમ પાણી સાથે દિવસમાં ત્રણ વખત તેની સાથેજ લેવી. હાથ પર અજમાના તેલનું માલીસ કરવું.

કૈશોર ગુગળ : ગુગળ તોલા ચાર એક રતલ પાણીમાં નાખો અને તેમાં બાર તોલા ત્રિફળાં નાખો અને બે તોલા ગળો નાખો પછી તેને ઉકાળી અરધું પાણી બળી જાય ત્યારે ગાળીલો અને લોઢાના વાસણમાં ફરી તેને ગરમ કરવા મૂકો અને ઘાટો થઈ જાય ત્યારે ઉતારી તેમાં બે આનીભાર સૂંઠ, બે આનીભાર મરી, બે આનીભાર પીપર, એક આનીભાર વાવડીંગ, એક આનીભાર નસોતર, એક આનીભાર નેપાળો, ત્રણ આનીભાર ત્રિફળાં એક આનીભાર ગોળ મેળવી તેની ગોળીઓ બનાવી રાખો.

(૨) પથ્થાદી ગુગળ ગોળી છ દિવસમાં ત્રણ વખત ગરમ પાણી સાથે ત્રણ માસ સુધી લેવી અને પટોલાદી-કવાથ ડ્રામ ચાર દિવસમાં બે વખત પીવો. હાથ પર અળશીનાં તેલનું માલીસ કરવું.

પથ્યાદી ગુગળ : હરડે તોલો એક, બહેડાં તોલો એક, આમળાં તોલા ચાર, ગુગળ તોલા ત્રણ, પાણી તોલા ૨૦, બધાને પાણીમાં ૨૪ કલાક ભીંજાવી અને તેનો કવાથ કરવો, અરધું પાણી બાકી રહે ત્યારે લોઢાનાં વાસણમાં તેને ગરમ કરી પકાવવું અને પાકી જાય ત્યારે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તેમાં વાવડીંગ એક આનીભાર, ત્રિફળાં ત્રણ આનીભાર, નેપાળો એક આનીભાર, નસોતર એક આનીભાર, પીપર એક આનીભાર, સૂંઠ એક આનીભાર, અને મરી એક આનીભાર બધું સાથે મેળવી ચણીયાં બોર જેવડી ગોળી બનાવી લેવી.

પટોલાદીકવાથ માટે અગાઉ અપાઇ ગયું છે.

(૩) બ્રાંહ્મીનું ઘી અકેક તોલો સવારસાંજ ખાવું તથા ચંદનાદીકવાથ પ્રવાહી બબ્બે ડ્રામ સવારસાંજ લેવો. હાથ પર ચંદનના તેલનું માલીસ કરવું આ પ્રયોગ ત્રણ માસ સુધી નિયમિત કરવો.

<u>બ્રાહ્મીનું ઘી</u>: બ્રાહ્મીનો રસ એક રતલ, ઘી અરધો રતલ, તે બંન્નેને ચૂલા પર રાખી તેમાં હળદર તોલો એક, જાઇના પાન તોલો એક, નસોતર તોલો એક, હરડે તોલો એક, કોઠ તોલો એક, લીંડી પીપર તોલો અરધો, સિંધાલૂણ તોલો અરધો, સાકર તોલો અરધો, ઘોડાવજ તોલો અરધો, સાથે ઉકાળી, રસ બળે એટલે ગાળીલો.

(૪) સીતોપલાસવ અકેક ઔંસ દિવસમાં ચાર વખત બે માસ સુધી લેવો અને મંકામંજીષ્ટાદી કવાથ પ્રવાહી બબ્બે ડ્રામ દિવસમાં ત્રણ વખત લેવો કોઇ પણ પ્રકારનો બાહ્ય ઉપચાર કરવાથી નૂકશાન થશે.

<u>સીતોપલાસવ</u> : આ માટે પરિશિષ્ટમાં જોઇ લ્યો

(૫) અભ્યાદીકવાથ પ્રવાહી ડ્રામ ચારમાં ભુનિંબાદી-કવાથ પ્રવહી ડ્રામ બે મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત લેવો અને હાથ પર ચોકખા તલના તેલનું માલીસ કરવું.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અભ્યાદી કવાથ : હરડે તોલો ચાર, નાગરમોથ તોલો બે, ધાણા તોલો એક, રતાંજલી તોલો એક, પદ્મક તોલો એક, અરડૂસીનાં પાન તોલો એક, વાળો તોલો એક, ગળો તોલો એક, ઈંદ્રજવ તોલો એક, ગરમાળાનો ગોળ તોલો એક, કાળીપાટ તોલો એક, સૂંઠ તોલો એક, કડુ તોલો એક, બધું અધકચરૂ ખાંડી તેમાંથી બે તોલા લઇ વીસ તોલા પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી ચાર ચાર ડ્રામ તેમાંથી લો.

<u>ભુનિંબાદી કવાથ</u> : કરીયાતું તોલો એક, લીમડાની છાલ તોલો એક, પીપર તોલો એક, કચૂરો તોલો એક, સૂંઠ તોલો એક, શતાવરી તોલો એક, ગળો તોલો એક, ભોરીંગણી તોલો એક, આ બધું અધકચરૂં ખાંડી તેમાંથી અકેક તોલો લઇ ૧૦ તોલા પાણીમાં ઉકાળો અઢી તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે તેમાંથી બે ડ્રામ લઇ લેવું. બાકીનું બીજા ભાગ માટે લઇ લેવું.

(૬) આ ઉપચાર માટે બાળકોના દરદોમાં આપેલા બાળલકવા અથવા પોલીયોનાં ઉપચારોમાં જોઇ લ્યો.

<u>સુચના</u> : કોઈપણ જાતમાં ખટાશ અને વાયુગળા ખોરાકો ખાવા નહિં અને તેલનું માલીસ ઉપરથી નીચે કદી જ કરવું નહિં પણ નીચેથી ઉપર લઇ જવું. ઉપરથી નીચે માલીસ કરનાર રોગીને પક્ષાઘાતની અસર જીવનભર રહી જશે. આ ખાસ ધ્યાનમાં રાખવું જરૂરી છે.

લકવાની કેટલીક બીજી જાતો :

લકવાની કેટલીક જાતોને લગતી વિગતો આપણે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

જોઇ ગયા, એ સિવાયની એની પેટા જાતો એટલી બધી છે. અને એને અનુસંગિક કારણો એક બીજી જાત સાથે એટલાં બધાં મળતાં છે કે તે અંગેનું વિવરણ કરવું અત્રે મુશ્કેલ છે.

અહીં લકવાનાં સર્વ સાધારણ કારણો, લક્ષણો અને ઉપચારો આપ્યા છે.

લકવાની મુખ્ય અસર: લકવાની મુખ્ય અસર માંસ-પેશીઓ અને રક્તવાહિનીઓ પર થાય છે. પણ ઘણી વખત એ ઉપરાંત પાંસળીઓ પર પણ તેની અસર થાય છે કે જેમાંથી હાથનો લકવો થાય છે. હાથના લકવા સબંધની હકીકત એટલી બધી ઝીણવટભરી છે કે તે વિગતો આપતાં કદાચ સાદુ નિદાન મુશ્કેલ બની જાય. સાધારણ રીતે હાથની અંદર પક્ષાઘાત થાય છે ત્યારે ત્રીસ રક્ત-વાહિનીમાંથી કોઇપણ એક રક્તવાહિની પર તેની અસર થાય છે અને ઘણી વખત એકથી વધારે રક્તવાહિની પર પણ તેની અસર થાય છે, સિવાય મુખ્ય એકાવન માંસ-પેશીઓ ઉપર અસર થાય છે પણ આના સિવાય બીજી નાની નાની અનેક માંસપેશીઓ ઉપર અસર થાય છે તેમાં આટલી માંસપેશીઓ મુખ્ય છે.

પગનો પક્ષાઘાત હોય ત્યારે: જ્યારે પગનો પક્ષાઘત હોય છે ત્યારે ઓગણચાલીશ જ્ઞાનતંતુવાહિની પર તેની અસર થાય છે. આ રીતે આજની પ્રગતિએ એમ નક્કી કર્યું છે કે જ્યારે અમુક તંતુવાહીનીઓ પર અસર થાય ત્યારે અમુક જ માંસ-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પેશીઓ પર અસર થાય છે અને તે તંતુવાહિનીઓને પકડી કાઢવી ઘણી સહેલી હોવાથી તેનો ઉપચાર ઘણો સહેલો થઈ પડે છે.

લકવાના લક્ષણો: શરૂઆતમાં સખત તાવ આવી બેશુદ્ધ થઇ જવાય અને શરીરના અમુક વિભાગો તદ્દન ખોટા પડી જઇ ઠંડા પડી જાય છે. લોહીનું દબાણ ઘણું ઉંચું હોય છે. ઘણીવાર તો રોગી થોડા દિવસમાં જ દેહ-મુક્ત થાય છે. અને ઘણી વખત પહેલેથી યોગ્ય ઉપચાર કરવામાં આવે તો બચી જાય છે. માથાનો દુઃખાવો, તાવ, બેબાકળાંપણું, ગુસ્સો અને બીજાની મદદ માંગવાની આદત એ મુખ્ય ચિન્હો છે.

લકવાના કારણો: લકવો અને પક્ષાઘાત વચ્ચે માત્ર એક જ તફાવત હોય છે અને તે પક્ષાઘાતમાં એક બાજુનું અંગ જકડાયેલું હોય છે જ્યારે લકવામાં અંગના ગમે તેટલા વિભાગો પકડાયેલાં હોય છે. લકવા થવાનાં મુખ્ય કારણો નીચે મુજબ છે.

(૧) પરમો, ચાંદી જેવાં જુના દરદોએ એનું મુખ્ય કારણ છે. (૨) માંસપેશીઓનું ખવાઇ જવું. (૩) જ્ઞાનતંતુંઓ પર વધારે પડતો બોજો થવો (૪) લોહીનું અશુદ્ધ થવું (૫) માનસિક બોજો રહેવો (૬) આઘાતજનક સમાચાર સાંભળવા (૭) સખત માર લાગવો (ખોપરી પર) (૮) વાઇ જેવાં દરદો થવાં (૯) ધાતુ ક્ષીણતા (૧૦) ઓછું લોહી. આટલા લકવાના મુખ્ય કારણો છે.

લકવાના ઉપચાર: (૧) ચંદનાદીકવાથ પ્રવાહી બે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ડામમાં બે ડામ પટોલાદીકવાથ પ્રવાહી ઉમેરી દિવસમાં ત્રણ વખત એ પ્રમાણે લેવું તથાં કેશરાદીવટી બબ્બે ગોળી સવારસાંજ પાણી સાથે લેવી. ભૃંગરવશીંગનું તેલ અને મહામાસાદી તેલને સરખે ભાગે મિશ્ર કરી શરીર પર ઉલટું માલીસ કરવું અને દરરોજ રાત્રે સૂતી વખતે બે ચમચી દિવેલ આપવું.

કેશરાદીવટી આગળ અથવા પરિશિષ્ટમાં જોઈ લ્યો.

ચંદનાદી તથા પટોલાદીકવાથ માટે આગળના ઉપચારોમાં બનાવવાની રીત અપાઈ ગઈ છે. અથવા પરિશિષ્ટમાં જોઇ લ્યો.

(૨) દરરોજ સવારે લસણની પંદર કળી પાંચ તોલા દૂધમાં ઘૂંટી પી જવી તથા ઉપરના ઉપચારો ચાલું રાખવા.

(૩) દરરોજ સવારે વીસ બદામનો શીરો કરી ખાવો તથા પહેલાં અને બીજાં નંબરના તમામ ઉપાયો યોજવા તથા શંખાવલી તોલો ૦, દરરોજ સવારસાંજ સાકરના પાણી સાથે લેવી.

(૪) મહામંજીષ્ટાદી કવાથ પ્રવાહી ડામ બે તથા મહારાસ્નાદીકવાથ પ્રવાહી ડામ બે મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત તે પ્રમાણે લેવું અને શરીર પર ચંદનના તેલનું માલીસ કરવું મહારાસ્નાદી કવાથ માટે આગળ જુઓ. અથવા પરિશિષ્ટમાં જુઓ.

<u>મહામંજીષ્ટાદી કવાથ</u>: આ કવાથનો પાઠ ઘણો લાંબો હોવાથી આ કવાથ માટે પરિશિષ્ટમાં જોઇ લ્યો.

(૫) પહેલાં તથા ચોથા કારણોનાં ઉપચાર કરવાં

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તેમજ તાજાં આમળાંનો રસ બે ડ્રામ, મધ બે ડ્રામ સાથે મેળવી દિવસમાં બે વખત લેવો.

(૬) ધાણ્યાદીકવાથ પ્રવાહી બે ડ્રામ, ચંદનાદીકવાથ પ્રવાહી ડ્રામ બે સાથે મેળવી દિવસમાં ચાર વખત આપવું તથા ચ્યવનપ્રાશ સવારસાંજ ગરમ દૂધ સાથે ચાટી જવું.

ધાણ્યાદી કવાથ માટે અગાઉ અપાઇ ગયું છે. અથવા પરિશિષ્ટમાં જોઇ લ્યો.

(૭) બાહ્ય ઉપચારોમાં હળદર અને આંબા હળદર લગાડવા અને માથા પર બરફની થેલીનો શેક કરવો તથા ચોથા નંબરના તમામ ઉપચારો યોજવા.

(૮) જહ્વારખતાઇ રતી એક સાથે પીપરનું ચૂર્ણ રતી છ મેળવી દિવસના ત્રણ વખત મધ સાથે ચાટી જવું તથા અમૃતાદીઘૃત અર્ધો અર્ધો તોલો સવાર-સાંજ આપવું.

<u>અમૃતાદિ ધુત ઘૃત</u>: ગળોનો રસ તોલા દશ, ઘી તોલા પાંચ બંન્ને સાથે ઉકાળી ઉકાળતી વખતે તેમાં ઇંદ્રજવ તોલો અરધો, મોથ તોલો અરધો, કડુ તલો અરધો, લીમડાની અંતરછાલ તોલો ૦ા, સૂંઠ તોલો ૦ા, કડવા પરવલ તોલો ૦ા, રતાંજલી તોલો ૦ા, પીપર તોલો ૦ા, આટલુ નાખી રસ બળી જાય ત્યાં સુધી ઉકાળી ગાળી લેવું.

(૯) વિષતિંદુક રતી ૧ સવારસાંજ ગરમ પાણી સાથે લેવું તથા પહેલા કારણના ઉપચાર યોજવા.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પગની પિંડીની કળતર

પિંડી એટલે પગનાં નળાની પાછળનો માંસનો લોચો આ દરદ જાણીતું છે અને મુંબઈ જેવા મોટાં શહેરોમાં પગની પિંડીની કળતરના દરદીઓ વધુ પ્રમાણમાં મળી રહે તેમ છે ઘણા લોકો આ કળતર દૂર કરવા માટે ચંપી કરાવે છે. પિંડીનું દરદ મહા ભયંકર છે. એની પીડા ઘણા વખત માનવીને હેરાન કરી મૂકે છે.

લક્ષણો અને કારણો અનુક્રમે આપવામાં આવ્યા છે :

(૧) આ રોગ દરમ્યાન પિંડીમાં કળતર ઘણી વખત ૨૪ કલાક રહે છે અને ઘણી વખત રાત્રે જ થાય છે. આ કળતર સાથે પાણીની તરસ અવારનવાર લાગ્યા કરે અને ઊંઘ ઉડી જાય એ તેનું મુખ્ય ચિન્હ છે. વારંવાર પેશાબ કરવા જવાની હાજત થયા કરે, મન ચિંતાતુર લાગે, રડવું આવે, આંખો ફીકકી પડી જાય અને બેચેની જણાય એ તેનાં બીજાં ચિન્હો છે.

(૨) પગ પર મૂળ ભારે વજન રહે તો સારૂ એમ આખો વખત લાગ્ય કરે, પગમાં સખત કળતર થાય, ચહેરો ઉતરેલો જણાય, માથામાં ઠકઠક એમ અવાજ આવતો હોય તેવી ભ્રાંતિ રહ્યા કરે, જીભથી સ્વાદ પરખાય નહિં અને દરદી પડયો રહી બૂમો માર્યા કરે.

(૩) અશકિતને કારણે આમ બને પણ ધીમી ચંપી આવા રોગીને રાહત આપી શકે અને ઊંઘી ગયા પછી દુઃખવાની ફરીયાદ કરે નહિં.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(૪) દરદોજ નિયમિત સમયેજ પગમાં કળતર થાય અને ભૂખ ન લાગે તથા બેચેની રહે.

(૫) મીઠી કળતર ચોવીસ કલાક રહે અને પડયાં રહેવું ગમે, શરીરમાં બેચેની જણાય.

(૬) માનવી તદ્દન ફિક્કો જણાય. મુખ ચિંતાગ્રસ્ત દેખાય, પગમાં સખત કળતરની ફરીયાદ કરે, આપઘાત કરવાનાં વિચાર કરે અને જાણે પોતે દુનિયાથી કંટાળી ગયો હોય તેવી વાતો કર્યા કરે.

(૭) અંગ દુખવાની, તાવ જેવું લાગવાની અને પગમાં સખત કળતરની ફરીયાદ કરે.

(૮) લોહીની ખામીને અંગે અવારનવાર કળતર જણાય અને ચહેરો ઉતરી ગયેલો લાગે.

(૯) નિંદ્રા ન આવે ત્યાંસુધી કળતરની ફરીયાદ કરે અને ખોટો ગુસ્સો ખૂબ કરે.

(૧૦) રોગી બેશુધ્ધ જેવો જણાય અને ભયંકર કળતરની ફરીયાદ કરે.

(૧૧) થોડી થોડી વારે કળતરની ફરીયાદ કરે. દરદીને બેચેની તથા ચહેરા પર ફીકકાશ જણાય.

<u>કારણો</u>: પિંડીની કળતરનાં નાનાં મોટાં મળીને ૬૧ જેટલાં કારણો છે પણ આ સ્થાને એ બધા કારણોની ચર્ચામાં ઉતરવું અશક્ય છે માટે આપણે મૂળભૂત ૧૧ કારણોની વિચારણા કરશું. આ અગીયાર કારણો નીચે મુજબ છે. લક્ષણોના અનુક્રમે કારણો આપ્યાં છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(૧) મીઠી પેશાબનું દરદ
(૨) લોહીનું નીચુ દબાણ
(૩) લાંબા સમયની માંદગી
(૪) લાંબા વખતની કબજિયાત
(૫) માંસપેશીની નબળાઈ
(૬) ધાતુની નબળાઇ
(૭) લાંબા વખતના ઉજાગરા
(૮) પાંડુ
(૯) સંગ્રહણી
(૧૦) સૂર્યનો તાપ
(૧૧) પ્રદર (શ્વેત અને રકત)

<u>ઉપચાર</u> : લક્ષણો અને કારણોનાં અનુક્રમમાંજ ઉપચારો સૂચવવામાં આવ્યા છે.

(૧) આ કારણથી થતી કળતરમાં ભાંગ રતી એક, મામેજવો રતી ત્રણ અને મરી રતી બે સાથે મેળવી સવારસાંજ એક માસ પાણી સાથે લેવાથી રોગ દૂર થશે.

(૨) રાઇ રતી છ અને અજમો રતી છ સાથે મેળવી ગરમ પાણી સાથે સવાર, બપોર અને સાંજ એક માસ લેવાથી ફરીયાદ દૂર થશે;

(૩) દ્રાક્ષાસવ ઔંસ એક એક દિવસમાં ત્રણ વખત લેવાથી દૂર થશે.

(૪) દરરોજ ૦। શેર ગરમ દૂધમાં બે તોલા ગરમ ઘી મેળવી સવારે બે તોલા ગુલકંદ સાથે અને રાતે તેજ પ્રમાણે સૂતી વખતે ૪૫ દિવસ નિયમિત લેવાથી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ફરીયાદ દૂર થશે.

(૫) ગોખરૂં તો. ૦।, ચંદન તોલો ૦।, શતાવરી તોલો ૦।, પીપરીમૂળ તો. ૦।, વાવડીંગ તોલો ૦।, પાણી તોલા ૧૦, આ બધું સાથે ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી બે ભાગ કરી સવારસાંજ બે માસ સુધી નિયમિત લેવું.

(૬) વિષતિંદુક રતી એક કૌંચા ચૂર્ણ રતી બે, રસાયન ચૂર્ણ રતી ત્રણ સાથે મેળવી સવારસાંજ બે આનીભાર શતાવરી ૦। શેર દુધમાં ઉકાળી તે દૂધ સાથે બે માસ લેવાથી આરામ જણાશે.

(૭) આરામ અને છાશનું સેવન ફરીયાદીમાંથી મુક્તિ મેળવવા માટે પૂરતાં છે.

(૮) લોહાસવ ડ્રામ ચાર, ગડુચ્યાદી કવાથ ડ્રામ બે, સીતોપલાસવ ડ્રામ બે સાથે મેળવી તે પ્રમાણે દિવસમાં ત્રણ વખત એક માસ લેવાથી આરામ થશે.

ઔષધિઓના પાઠ માટે પરિશિષ્ટમાં જોઇ લ્યો.

(૯) ભાંગ રતી એક, ખસખસ રતી આઠ સાથે મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત છાશ સાથે લેવાથી અઠવાડિયામાં રાહત મળશે.

(૧૦) પગનાં તળિયાં ઘીથી ઘસવા અને છાશ પીવી તથા કંદ ખાવા.

(૧૧) શિલાજીત બે આનીભાર સવારસાંજ ગરમ દૂધ સાથે પંદર દિવસ લેવાથી આરામ થશે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પેટની ફાંદ

માનવીને થતાં ઘણા ખરા રોગોનું મૂળ પેટ છે એમ વિવિધપંથી તબીબી શાસ્ત્રો માને છે.

હકીકત એ છે કે આંતરડાં અને શરીરની માંસપેશીઓને બીલકુલ બેઠાડું અને એકધારા રાખવાથી આ રોગ થવા માંડે અને તે પર દુર્લક્ષ અપાય છે ત્યારે તે વધારેજ વધતું જાય છે અને તેમાંથી પછી અનેક રોગો પરિણમે છે. આ રીતે ફાંદનો રોગ પણ ભયંકર કહી શકાય.

લક્ષણો: આમ થવાથી શરીરનો વર્ણ ફરી જાય છે અને શરીરનો ઘાટ પણ તદ્દન જુદુજ સ્વરૂપ ધારણ કરે છે. આ રીતે વધારે દુર્લક્ષ કરવાથી પેટમાંનાં આંતરડાંઓ પોતાની મર્યાદા છોડી રબરની જેમ ઢીલાં બની જવા પામે છે. પરિણામે પેટ ઢોલ જેવું બની જાય છે. તે દિવસે દિવસે વધતુંજ જાય છે અને તેમાંથી પેટનો ફાંદો થતો જાય છે. આ રોગના કારણો ઘણાજ છે.

આ રોગવાળા માનવીથી જલદી બેસી ઉઠી શકાતું નથી અને ચાલવામાં પણ પેટનો ભાર લાગે છે અને ગભરામણ પણ ઘણી વખત થાય છે. તેના શરીરનો દેખાવ બેડોળ લાગે છે.

કારણો : (૧) ઓછી કસરત (૨) ઓછું ચાલવું (૩) શરીરની જરૂરિઆત કરતાં વધારે ખાવું (૪) વધારે ચરબીવાળા ખોરાકો ખાવા (૫) વધારે ઉંઘવું (૬) પ્રસૂતિ પછી દુર્લક્ષ સેવવું (૭) પેટના શસ્ત્રોપચાર પછી બેકાળજી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

રાખવી (૯) નરગોટાની ગ્રંથીઓની ખામી (૧૦) અનિય-મિત આર્તય (૧૧) માદક પીણાંઓ વધારે પીવાં (૧૨) શારિરીક બીજી ગ્રંથીઓની ખામી (૧૩) અનિયમિત સંસ્કારિક જીવનજીવવું (૧૪) જૂની કબજીયાત અથવા બહુ જુલાબ લેવાની ટેવ હોવી (૧૫) માનસિક રીતે વિચારરહીત અને જવાબદાર નહિં હોવું. ૧૬) પેટનાં બીજાં દરદો થવાં.

<u>ઉત્પન્ન થતાં દરદો</u> : ઘણી વખત આ રોગમાંથી લોહીનું દબાણ, લકવા, મીઠીપિશાબ, હાડકાંઓની ખામી, ગર્ભાશયનાં દરદો '(મુખ્યત્વે સંતાનહીનતા)' મગજનાં દરદો, કરોડરજ્જુના રોગો, શ્વાસ, દમ અને બીજાં એવા ભયંકર દરદો નીપજે છે.

વધેલી ફાંદ માટેનાં ઉપર જણાવેલાં ૧૬ કારણોના ઉપચાર, ક્રમશ, નીચે મુજબ છે.

<u>ઉપચાર</u>: (૧) નિયમિત કસરત કરવી અને ઓછું જમવું એ નિશ્ચિત ઉપાય છે.

(૨) નિયમિત ચાલવું અને ઓછું જમવું.

(૩) ભૂખ કરતાં ૫૦ ટકા ઓછું જમવું. પાણી અને લીંબુના રસને સાથે મેળવી બાકીની ભૂખ તેથી મટાડવી. દોડવાની કસરત કરવી.

(૪) ખૂબ દોડવું તેમજ ચરબીવાળા ખોરાકો છોડવા

(૫) સાંજે જમવું નહિ તેથી કુદરતીજ ઉંઘ ઓછી થઇ જશે. દિવસે પણ ખોરાકમાં પ્રવાહી લેવું

(૬) પ્રસૂતિ પછી પેટની ચરબી ન વધે માટે શેક વગેરે નિયમિત કરવા અને પાટો બાંધવો. પણ પેટ વધીજ ગયું

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

હોય તેમણે કાંચનારનો ઉકાળો પીવાથી અને શ્વાસો-ચ્છ્વાસની કસરત કરવાથી તે ઓછું થવા પામશે.

(૭) શસ્ત્રોપચાર પછી બે માસે ધીરે ધીરે નિયમિત કસરત કરવાથી પેટ વધશે નહિં અને વધી ગયું હોય તેઓએ દોડવાથી તથા કમાન વળવાની અને વજન ઉંચકવાની કસરત કરી, પેટ સાફ રાખવું તથા ખોરાકમાં પ્રવાહી વધારે લેવું. જમવાનું એક વખત રાખવું.

(૮) કુસ્તી અને દંડબેઠક કરવાં તથા વધારે પ્રવાહી ખોરાક લેવો. પેટ ખૂબ સાફ રાખવું.

(૯) કાંચનાર, વાયુવરણો અને ગુગ્ગળો મુખ્ય ઔષધો છે પણ જે જાતની ખામી હોય તે જાતનું ઔષધ તથા પેટ પર તેલનું માલીસ, ઓછી ઉંઘ તેમજ દોરી કુદવાની કસરત સહાયરૂપ થઇ પડશે.

(૧૦) આર્તવ નિયમિત થાય તેવાં ઉપાયો યોજવા. ઔષધોમાં કુમારનાં લફરાનું રાત્રે પેટેપર બંધાણુ કરી તે પર દરરોજ એક કલાક ગરમ પાણીનો શેક ચાર માસ સુધી કરવો નથા અર્ધાંગાસન અને તેલ માલીસ કરવાં.

(૧૧) માદક પીણાંઓ છોડી દેવાં અને આહાર એક વખત કરી ખૂબ પ્રવાહી લેવું, દોડવા કૂદવાની કસરત કરવી, પેટ સાફ રાખવું.

(૧૨) જે ગ્રંથિઓની ખામી હોય તે ગ્રંથિઓ પર તેલ માલીસ અને દોડવા તથા કૂદવાની કસરત ઉપરાંત કેવળ સૂકા ખોરાકો અથવા છાશ અને જવનાં ખોરાક

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સિવાય કશું ખાવું નહિં. કુમારના લફરાનો રસ ઔંસ અરધો સવારે અને સાંજેને ગૌમૂત્ર તોલા દશ પીવાથી બે માસમાં આરામ થશે.

(૧૩) નિયમિત જીવન જીવવું તથા ખૂબ કસરત કરવી. મુખ્યત્વે દોડવા તથા પેટ સાફ રાખવા તરફ ખૂબ કાળજી રાખી પેટનું માલીસ કરવું પ્રવાહી ખોરાક લેવો કે બધી જાતના સૂપ પર રહેવું.

(૧૪) લાંબો વખત ગરમ પાણી સાથે ઇસફ્ગુલ લેવું અને કેવળ છાશ પર રહી કૂદવાની કસરત કરવી. જુલાબો લેવાની ટેવ છોડી દેવી.

(૧૫) કામમાં ચિત્ત પરોવવાથી આરામ થાય છે.

(૧૬) ઈસફ્ગુલ અને ગુલકંદ મુખ્ય ઔષધો છે. પણ જે રોગ હોય તે પરનું ઔષધ તથા ચાલવાની અને દોડવાની કસરત મુખ્ય છે.

<u>સૂચના</u> પેટ સાફ રાખવું, પ્રવાહી ખોરાક લેવો, તેલનું માલીસ કરવું. હરડે, સોનામુખી, ગુલકંદ, ત્રિફળાં, જેઠીમધ, પેટપર શેક, ગરમ દૂધમાં ગરમ ઘી નાખી પીવું એ મુખ્ય ઔષધો છે.

ક્ષયરોગ

ક્ષય આજે તો અનેક જાતના થાય છે એમ વર્ષો પછીના પ્રયોગથી સાબીત કરી શકાયું છે. આટલું જ પૂરતુ નથી પણ શરીરના જુદાં જુદાં વિભાગોમાં જુદો જુદો ક્ષય થાય છે એમ પણ હવે ગયાં થોડા, વર્ષોથી પશ્ચિમી તબીબી વિજ્ઞાનો પણ માનવા લાગ્યા છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આયુર્વેદે આ વાત લગભગ ૨૬૦૦ વર્ષ પહેલાં જગત સમક્ષ મૂકી હતી અને કહ્યું હતું કે ક્ષયનાં પ્રકાર મૂળ દસ છે; પણ તેનાં પેટા પ્રકારો મળીને ૧૩૨ જાતનાં ક્ષય થઇ શકે છે.

ક્ષયના પ્રકારો : આપણે આ જગ્યાએ ક્ષયની કેવળ મુખ્ય દસ જાતના ક્ષયની સંબંધી જ ચર્ચા કરશું. બધી જાતની ચર્ચા કરવી અત્રે મુશ્કેલ છે.

ક્ષયના મુખ્ય દસ પ્રકારો નીચે પ્રમાણે છે.

(૧) વાતક્ષય (૨) પિત્તક્ષય (૩) કફક્ષય (૪) રસક્ષય (૫) રક્તક્ષય (૬) માંસક્ષય (૭) મેદક્ષય (૮) અસ્થિક્ષય (૯) મજ્જાક્ષય (૧૦) વીર્યક્ષય આ પ્રમાણે દસ જાતના ક્ષયને મૂળ ક્ષય તરીકે માનવામાં આવ્યા છે અને દરેક ક્ષયમાંથી તેને લગતા વિભાગો સાથે સબંધ ધરાવતા પદાર્થોમાંથી પેટા ક્ષયો ઉત્પન્ન થાય છે.

(૧) વાત ક્ષયનાં લક્ષણો : અંગમાં દાહ થાય, તરસ લાગે, કંપારી છૂટે, થાક લાગે, ચકરી જેવું લાગ્યા કરે, અરૂચિ થાય અને ઘેન રહ્યા કરે.

(૨) પિત્ત ક્ષયનાં લક્ષણો : જઠરાગ્નિ મંદ પડે, ખાંસી આવે, છાતીમાં પીડા થાય, હલનચલનમાં મંદતા આવે અને સોજો થાય.

(૩) કફ ક્ષયનાં લક્ષણો : શરીરે દાહ ઉપજે, સોજા ચઢે, ફેર આવે, શ્વાસ ચઢે, પાંડુ થાય, ઊંઘ આવે નહિં અને ભૂખ તથા તરસ સખત લાગે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(૪) રસક્ષયનાં લક્ષણો: જઠરાગ્નિ મંદ પડે, માથું દુખે, શરીર કંપે, શોષ પડે, થાક લાગે અને શરીરની કાર્ય કરવાની શકિત ઓછી થાય.

(૫) રક્તક્ષયનાં લક્ષણો: શરીર પીળું તથા નબળું પડે, આખો દિવસ થૂંકવાનું થાય, શ્વાસ ઉત્પન્ન થાય, જઠરાગ્નિ મંદ પડે અને શોષ રહ્યા કરે.

(૬) માંસ ક્ષયનાં લક્ષણો : શરીર ભાંગેલા જેવું લાગ્યા કરે, ઊંઘનો નાશ થાય અથવા સખત ઊંઘ આવે, બેભાન થઇ જવાય, શરીર અતિશય કૃશ થયેલું જણાય અને શરીરની ચેષ્ટાઓ મંદ પડી જાય.

(૭) મેદક્ષયનાં લક્ષણો : શરીર લાકડા જેવું સૂકાઇ જાય, અંગ કંપે, ઉલટી થાય, ચામડી કરકરી થઇ જાય, સોજો આવે, અંગ લૂલાં બની જાય અને સ્વભાવ ચીડિયો બને, વાતવાતમાં ગૂસ્સો કરે.

(૮) અસ્થિક્ષયનાં લક્ષણો: હાડકાં પર ઘણી વખત સોજો દેખાય, નબળાઇ લાગે, શરીર આખો દિવસ ભાંગે તથા કંપે અને સ્વભાવ ક્રોધી બની જવા પામે.

(૯) મજ્જાક્ષયનાં લક્ષણો: ઝીણો તાવ રહ્યા કરે, શોષ ઉપજે, દરદી ઘેનમા રહે છતાં ઉંઘ આવે નહીં, શરીર કંપે અને ચકકર આવ્યા કરે.

(૧૦) વીર્યક્ષયનાં લક્ષણો: તાવ રહ્યા કરે, ઉધરસ આવે, શરીર લુખું પડી જાય તથા કંપે, સ્વભાવ તામસી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

થઈ જાય, શરીર કદરૂપું અને ઘણી વખત ખોડવાળું બની જાય.

(૧) વાતક્ષયનાં કારણો : અતિશય પરસેવો નીકળવાથી, ચિંતાથી, શોકથી, તાવથી, ભયથી, અને વાયુવાળા ઘણા પદાર્થોનું સેવન કરવાથી.

(૨) પિત્તક્ષયનાં કારણ : પિત્તવાળા ઘણા પદાર્થો ખાવાથી રાતના ઉજાગરા કરવાથી, કસરત વગેરે નહીં કરવાથી તથા શરીરને માનસિક વધારે શ્રમ આપવાથી પિત્તક્ષય જન્મે છે.

(૩) કફક્ષયનાં કારણ : અતિશય કસરત કરવાથી, અબ્રહ્મચર્યનું સેવન કરવાથી, લુખાં અન્ન ખાવાથી, ક્રોધથી અને મનના સંતાપથી આ જાતનો ક્ષય ઉદ્‌ભવે છે.

(૪) રસક્ષયનું કારણ : જ્યારે શરીરમાં વહેતો રસ ક્ષીણ થાય અથવા નાશ પામે ભારે રસક્ષય થાય છે.

(૫) રક્તક્ષયનાં કારણ : લોહીમાં ચેપી જંતુઓ અથવા ચેપી દરદોના હુમલાઓ થવાથી, પાંડુ રોગ થવાથી અને લોહી બગડી જવાથી.

(૬) માંસક્ષયનાં કારણ : શરીરમાં રહેલું માંસ, કોઈ પણ જાતના કોઢ, મીઠી પિશાબ, ચાંદી જેવાં રોગોથી ઓછું થવાં માંડે છે ત્યારે માંસ ક્ષય થાય છે.

(૭) મેદક્ષયનાં કારણ : મેદનો શરીરમાં નાશ થવાથી, ચિંતા ઉપજવાથી અને પૂરો ખોરાક ન મળવાથી મેદક્ષય થાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(૮) **અસ્થિક્ષયનાં કારણ**: હાડકામાં રહેલાં તત્વો ખૂટવાથી, હાડકા પર લાગવાથી, પડીજવાથી અને હાડકાનું કેલ્શીયમ ખૂટવાથી હાડકાનો ક્ષય થાય છે.

(૯) **મજ્જાક્ષયનાં કારણ**: મજ્જાઓને રસ વગેરેનું પોષણ ન મળવાથી તથા મજ્જાઓ તૂટી જવાથી મજ્જા-ક્ષય થાય છે.

(૧૦) **વીર્યક્ષયનાં કારણ**: રાતના ઉજાગરાઓ કરવાથી, અતિશ્રમ કરવાથી, ખાટાં પદાર્થો ખાવાથી, બીજાઓનો ચેપ લાગવાથી અને અતિ સંભોગ કરવાથી વીર્ય ક્ષય થાય છે.

ઉપચાર: વાતક્ષયવાળા રોગીને લસણનું કલ્ક કરીને ખાવા આપવું, બહુ પાણીવાળા પ્રદેશની વનસ્પતિઓનાં રસ ખાવાપીવામાં આપવા અને તેવાજ પ્રદેશના રહેનારા પ્રાણીઓમાં રાખવો એ આ રોગના રોગીને સારા કરવા માટેનું સૌથી પ્રથમ ઉપયોગી ઔષધ છે.

(૨) પિત્તક્ષયવાળા રોગીને શરીરે તેલ ચોળી પરસેવો નીકળે તેવી રીતે કસરત કરાવવી તથા જંગલી પ્રાણીઓના માંસ અને જંગલી વનસ્પતિઓનું સેવન કરાવવું વધારે હિતકર છે.

(૩) કફ ક્ષયવાળા રોગીને ઠંડા ખોરાકો અને ઠંડા પીણાઓ આપવાં નહીં કંદના શાક આપવા, દૂધ દહીંનું ખૂબ સેવન કરાવવું.

(૪) રસક્ષયનાનો ભોગ બનેલાને જંગલી પ્રાણીઓનાં માંસ, દૂધ, જવ, ગઉં અને ચોખાનું ખૂબ સેવન કરાવવું.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(૫) રકતક્ષયનાં લક્ષણવાળાએ ઘી, દૂધ, સાકર, મધ અને મરીનું સેવન મોટા પ્રમાણમાં કરવું હિતકર છે.

(૬) માંસક્ષયમાં રોગીએ લસણનું સેવન તથા મધ, દૂધ, ઘી અને મિષ્ટાન્ન છૂટે હાથે ખાવું. માખણ, ઇંડા અને બદામનું ખૂબ સેવન કરવું.

(૭) મેદક્ષયવાળા રોગી માટે નીરાનું પાન અને જંગલી પ્રાણીઓનું માંસ સદાય ઉપકારક છે. બકરીનું દૂધ અને માખણ એ બીજી જરૂરી વસ્તુ છે.

(૮) અસ્થિક્ષયવાળા માનવીઓએ પીપલ્યાદિઘૃત બલઘૃત અને પારાસરઘૃત છૂટે હાથે ખોરાકમાં ખાવું. દ્રાક્ષ, કાળીદ્રાક્ષ, દૂધ, ચંદન અને આમળાંનું સેવન રોગને દુર કરનારાં છે.

પીપલ્યાદિઘૃત બલઘૃત અને પારાશરઘૃત માટે પરિશિષ્ટમાં જોઇ લ્યો.

(૯) મજ્જાક્ષયનાં રોગી માટે મિષ્ટાન્ન મધ અને તમામ જંગલી પ્રાણીઓના માંસ ઉત્તમ છે.

(૧૦) વીર્યક્ષયવાળા દરદી માટે પાકેલાં ફળનાં રસો માખણ, દુધ, સાકર, મિષ્ટાન્ન, બદામ, આમળાં અને કૌંચાપાક તથા શતાવરીપાકનું ભોજનમાં નિયમિત સેવન રોગને મૂકત કરનાર છે.

કૌંચા પાક માટે તથા શતાવરી પાક માટે પરિશિષ્ટમાં જોઇ લ્યો

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

શરદી

શરદીનો રોગ જ્યાં જુઓ ત્યાં જોવામાં આવે છે, કોઇને ચાલું શરદી હોય તો કોઇને અવારનવાર શરદી થઈ આવ છે. હમણાં હમણાં શરદીના કારણો ખૂબ વધી પડયાં છે. અને આથી શરદીનો રોગ એક નહીં તો બીજું કારણ મળી રહેતાં વધારે પ્રચલિત થયો છે.

<u>ખોરાકના તત્વોની ખામી</u>: શરીરને જોઈતાં પ્રજીવક તત્વે ખોરાકમાં નહીં મળતા હોવાથી તેની ખામીને કારણે આ રોગ આજકાલ વધુ પ્રમાણમાં ફેલાઈ રહ્યો છે. ખોરાકની ખામીને લીધે ચામડીના રોગો પણ પૂષ્કળ ફાટી નીકળ્યા છે. શરીરની શકિત ઓછી થવાને કારણે પણ શરદી થાય છે એ પણ ઘણાં ઓછા જ સમજે છે.

<u>લક્ષણો</u>: (૧) સખત છીંકો આવે અને સાધારણ તાવ રહે.

(૨) આખો દિવસ નાકમાંથી પાણી વહ્યા જ કરે અને આંખો લાલ રહે.

(૩) લોહીનું દબાણ નીચું રહે અને માથું દુઃખે તથા નાકમાંથી પાણી વહ્યા જ કરે..

(૪) ઉધરસ સાથે શરદી રહે અને આંખો લાલ જણાય.

(૫) અવારનવાર શરદી થાય અને સસણી અગર દમ જેવું લાગે.

(૬) શરીર સુકુ રહે અને શરદી રહ્યા કરે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(૭) ઝીણી શરદી જણાય, માથું ભમે અને બીજું કારણ મળતાં એકદમ શરદીનો હુમલો થાય.

(૮) કફ જેવી શરદી અને ઝીણો તાવ જણાય.

(૯) આખો વખત ઉધરસ આવે અને શરદી તથા તાવ રહે.

(૧૦) ત્રણ દિવસ શરદી રહી મટી જાય.

(૧૧) સાધારણ ધીમી શરદી રહે અને અશકિત તથા બેચેની જેવું લાગે.

(૧૨) ગળામાં દુઃખાવા સહિત શરદી થાય.

<u>કારણો</u> : (૧) ઋતુ (૨) બાદી (૩) વારસામાં મળવી (૪) રાતના ઉજાગરા (૫) નાકમાં મસા થવા અથવા હાડકું જવું. (૬) ગળાંનાં કાકડા (૭) લાંબો વખત સુધી તત્વ વગરનાં ખોરાકો લેવાં. (૮) ન્યુમોનિયા જેવાં રોગો પછી ફેફસાં નબળાં થવા. (૯) શીતળાને ખાસ કરી ઓરી પછી (૧૦) આહારમાં ફેરફાર (૧૧) શરીરમાં ક્ષીણતા (૧૨) ઠંડી હવા અને ઠંડાં પીણાં.

<u>ઉપચારઃ</u> પેટ સાફ રાખવું એ શરદીનો પ્રથમ ઉપચાર છે. થોડા જાણીતા ઔષધો અત્રે મૂકવામાં આવ્યા છે. આ ઔષધો ઘરગથ્થુ ઇલાજ તરીકે ઘણા જાણીતા છે (૧) તુલસી, (૨) સૂંઠ, (૩) મરી, (૪) પીપર, (૫) સોનામુખી, (૬) લવિંગ, (૭) તજ, (૮) અજમો, (૯) વાવડીંગ, (૧૦)

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આંકડો, (૧૧) ધતુરો, (૧૨) ફુદીનો, (૧૩) હળદર, (૧૪) અરડૂસી, (૧૫) કાયફળ, (૧૬) નાકછીંકણી (૧૭) લીલી ચા.

આ ઔષધોમાંના આકડો, ધતુરો અને નાકછીંકણી ખાસી ઉપયોગમાં લેવાથી તથા તે ઉપરાંત નીચેનો ઉકાળો બનાવી લેવાથી પણ શરદીનો હુમલો દૂર થાય છે અને દમ જેવા રોગમા પણ ફાયદારૂપ નીવડે છે.

નાકછીંકણી તો. ૦I, આકડો તો. ૦I, સોનામુખી તો. ૦I, તુલસીનામાંજર તો. ૦I અને પાણી તો. દસ લઇ બધું સાથે ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી રહે ત્યારે ગાળી બે ભાગ કરી સવારસાંજ લેવાથી થોડા દિવસમાં જ શરદી દુર થાય છે. કેવળ નાકછીંકણી લેવાથી પણ આરામ મળે છે. ઉપર સૂચવેલા ૧૭ ઔષધોમાંથી કોઇ એકલું અથવા મિશ્ર લેવાથી પણ શરદીનો રોગ દૂર થાઇ છે. શરદીમાં ઉપર લખ્યા પ્રમાણે ઉપવાસ અને ગરમ પાણી અચૂક ઔષધ સમાન છે.

શ્વાસરોગ

આયુર્વેદમાં શ્વાસ પાંચ જાતના માનવામાં આવ્યા છે (૧) મહાશ્વાસ (૨) ઉર્ધ્વશ્વાસ (૩) છીન્ન શ્વાસ (૪) તમક-શ્વાસ (૫) ક્ષુદ્રશ્વાસ. અને છઠ્ઠો પ્રકાર અસાધ્ય શ્વાસને નામે ઓળખાય છે. પણ તેની જાત જુદી ગણવામાં આવી નથી કારણ કે આ પાંચ શ્વાસમાંથી મહાશ્વાસ, ઉર્ધ્વશ્વાસ અને છીન્ન શ્વાસ એ ત્રણે અસાધ્ય માનવામાં આવ્યા છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

મહાશ્વાસના લક્ષણો: જ્યારે રોગી શ્વાસ લે છે ત્યારે તેને સખત તકલીફ પડે છે અને ફુંફાડા મારતો સાપ જેમ ફુંફાડા મારે છે ત્યારે અવાજ થાય છે તેવો શ્વાસ લેતી વખતે અવાજ થાય છે, રોગીની આંખો ફરી જાય છે, ચેતન શકિત ચાલી ગયા જેવું જણાય છે. અને નાડીની ગતી તદ્દન પ્રમાણ બહાર ચાલી જાય છે, રોગીનું મોઢું પહોળું થઈ જાય છે, પેટ વાયુના ભરવાથી સખત ફુલે છે અને ધમણની જેમ ચાલે છે.

ઉર્ધ્વશ્વાસના લક્ષણો : ઉર્ધ્વશ્વાસનો રોગી લાંબો અને ઉંચો શ્વાસ મૂકે છે, તેની શીરાઓ અતિશય કફથી વીંટાયેલી રહે છે, શ્વાસ લેતાં તેનું નાક ઉંચું થાય છે, શીરાઓ કફથી રોકાય છે ત્યારે તેના નેત્ર ફરી જાય છે.

છિન્નશ્વાસનાં લક્ષણો : આ રોગીને તરસ સખત લાગે છે તે પૂરો શ્વાસ ન લઈ શકવાને કારણે તેનો શ્વાસ ઉપર જ રહ્યા કરે છે, તેનું મોઢું સૂકાઇ જાય છે, તેની આંખ પાણીથી ભરાઇ જાય છે, બસ્તીમાં દાહ થાય છે અને બેભાન થઈ જાય છે, તેને એકીટશે જોવાની આદત પડે છે.

તમકશ્વાસનાં લક્ષણો: દર્દી સૂતો હોય ત્યારે શ્વાસની વેદનાથી આકુળવ્યાકુળ થઇ જાય છે અને તેને ઉંઘ આવતી નથી, તરસ ઘણી લાગે છે, મૂર્છા આવે છે, ઠંડી જગ્યામાં અને ઠંડા સમયમાં આ રોગની ખાસ વૃદ્ધિ થાય છે, મોઢું સૂકાઇ જાય છે, મોઢામાંથી લાલ અને ચીકણો કફ નીકળે છે, કપાળ પર પરસેવો થાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

<u>ક્ષુદ્રશ્વાસનાં લક્ષણો</u>: અતિ ક્રોધ કરવાથી તેમ બને છે, વૃદ્ધાવસ્થા, અતિ તાપમાં ફરવાથી, પાણીમાં ડુબીને નીકળવાથી, દાઝવાથી, વધારે પડતો તાવ આવવાથી, વધારે પડતું ખાવાથી પણ આ રોગ થાય છે.

<u>કારણો</u>: પાંચ પ્રકારના શ્વાસ માટે પાંચ પ્રકારના કારણે માનવામાં આવ્યા છે

૧ તમામ જાતના અતિસાર

૨ ઠંડા પદાર્થો ખાવાથી

૩ અતિ મૈથુન કરવાથી

૪ અતિ વેગથી દોડવાથી

૫ શ્વાસના વેગને રોકવાથી

<u>મહાશ્વાસના ઉપચાર</u>: ભારંગ તોલા બે. હરડે તોલા ચાર, બહેડા તોલો એક, આમળા તોલા બે, સૂંઠ તોલા અઢી, પીપર તોલો એક, મરી તોલો એક, ઈશ્વરમૂળ તોલા બે, જટામાસી તોલા બે, બિલ્લી તોલા બે, સિંધવ તોલો એક, સંચળ તોલા ત્રણ, વડાગરૂં મીઠું તોલા ત્રણ, કાચલવણ તોલા ત્રણ, બીડલૂણ તોલા ૨ા અને રીંગણી તોલા બે, આ બધાંને સાથે મેળવી, ખાંડી, વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી ગરમ પાણી સાથે બબ્બે આનીભાર દિવસમાં ચાર વખત બે માસ લેવાથી રોગ નાબુદ થશે. આ ચૂર્ણથી હેડકી અને યકૃતના રોગો પણ મટે છે.

<u>ઉર્ધ્વશ્વાસનો ઉપચાર</u>: ગળો અને સુંઠ તોલા બબ્બે, ભારંગ અને રીંગણી તોલા ત્રણ ત્રણ, પીપર તોલા

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અરધો, પાણી તોલા વીસ, બધાને સાથે ઉકાળી દસ, તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી લઈ તેમાં એક તોલો ગોળ અને અરધો તોલો સિંધાલૂણ નાખી તેમાંથી ચાર ભાગ બનાવી દિવસમાં ચાર વખત ચાર ચાર કલાકને અંતરે લેવું.

છિન્નશ્વાસનો ઉપચાર: નં. (૧) સરસીયું તેલ તોલા ત્રણ, ગોળ તોલો દોઢ, એ બંન્ને સાથે મેળવી પી જવું અને તેજ પ્રમાણે રાત્રે સૂતી વખતે પણ લેવું આ પ્રયોગ બેતાલીસ દિવસ કરવાથી ભયંકરમાં ભયંકર છિન્નશ્વાસ પણ મટે છે. બીજી જાતના શ્વાસો પર પણ આ પ્રયોગ ઉપકારક છે.

નં. (૨) હરડે અને સૂંઠ ૦। તોલો સવારસાંજ ગરમ પાણી સાથે લેવાથી છિન્નશ્વાસ મટે છે.

તમકશ્વાસનો ઉપચાર: સૂંઠ તોલા અઢી, ભારંગ તોલા અઢી, બન્ને સાથે મેળવી તેનું ચૂર્ણ કરી સવાર-સાંજ ગરમ પાણી સાથે પણ લઈ શકાય છે.

ક્ષુદ્રશ્વાસનો ઉપચાર: જટાંમાસી તોલા એક, તજ તોલો દોઢ, તમાલપત્ર તોલા બે, એલચી તોલા એક, સૂંઠ તોલો એક, પીપર તોલો અરધો, મરી તોલો અરધો, ત્રિફળાં તોલા ત્રણ, પાણી તોલા વીસ, આ બધાને ઉકાળવું અને દશ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાં પાંચ તોલા બકરીનું દુધ અને દશ તોલા બકરીનું ઘી નાખવું. પછી બધાને ગરમ કરવું અને બકરીનું ઘી બાકી રહે ત્યાંસુધી ઉકાળવું. અને તે ઘી સવારસાંજ ૦। તોલો લેવાથી રોગ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

નાબુદ થાય છે. આ પ્રયોગ આગલા ચાર પ્રકારો પર પણ અજમાવી શકાય છે.

સૂચના: આ રોગવાળાએ પ્રવાહી ખોરાક પર રહેવું અને છાશ તેમજ ખટાશવાળા ખોરાકો ખાવા નહી તેમજ રાત્રે કશુ લેવું નહીં.

આંખના મુખ્ય દરદો

આંખના દરદોનાં બધાં મળીને ૨૧૩ પ્રકારો આલેખવામાં આવેલા છે. પણ આંખના જે દરદો રોજિંદા જોવા મળે છે અને સામાન્ય હોય છે તેનાં તો સાત જ પ્રકારો છે.

એ સાત પ્રકારના આંખના દરદોના પેટા પ્રકારો મળીને તેની કુલ ૫૬ જેટલી સંખ્ય થવા જાય છે. આપણે એ મુખ્ય પ્રકારો જોઇશું.

આંખના દરદોનાં મુખ્ય પ્રકારો નીચે પ્રમાણે છે.

મોતિયો, વેલ, ઝામર, ખીલ, આંજણી, આંખ આવવી અને ફુલું.

મોતિયો : આંખની કીકીમાં ચણાના દાણા જેવડી એક ગોળીનું બાઝી જવું તેને મોતિયો કહેવામાં આવે છે. આવો મોતિયો આંખમાં રહેલાં અમી સાથે સૂર્યના કિરણોને મળતા રોકે છે અને પરિણામે દેખી શકાતું નથી.

કારણો: મોતિયો થવાના મુખ્ય પાંચ કારણો છે. અતિ શ્રમ ઉઠાવવો પડતો હોય અને શરીરને જોઇતા પ્રમાણમાં પોષણ ન મળતું હોય ત્યારે આંખની રકતવાહિનીઓમાંનું એકાદ તંતુ પૂરતા પોષણને અભાવે મોટા સ્વરૂપમાં

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

મોતિયારૂપે કીકીની વચ્ચે જામી જાય છે. મોતિયાનું બીજું કારણ એ છે કે શરીરમાં પસીનો અને બીજો મેલ જામી જાય છે અને આંખની પોષણ મેળવવાની પ્રક્રિયા બંધ થવાથી પણ મોતિયો જામે છે. વયના વધવાથી આંખની પોષણપ્રાપ્તિ શિથિલ થાય છે અને પરિણામે આંખનો મેલ બહાર કાઢનારી ઈન્દ્રિયો મેલને દુર કરી શકતી નથી પરિણામે એ મેલનો મોતિયો બાઝે છે. અતિ મૈથુનને પરિણામે પણ મોતિયો બાઝે છે અને એના ઘણાં દ્દષ્ટાંતો પણ નોંધાયેલા છે.

(૨) વેલ: આંખની કીકીથી તે આંખના ખૂણાઓ સુધી વેલની જેમ ચામડી બાઝી જાય છે અને તે આખીયે આંખ વચ્ચો વચથી ઘેરી લે છે તેને પરિણામે આંખની રોશની ઓછી થઇ જાય છે.

કારણો: અતિ ઉજાગરા કરવાથી તથા પૂરતો આરામ ન લેવાથી આંખનાં વેલના દર્દની ભૂમિકા રચાય છે. મગજની અવારનવાર રહેતી શરદીથી પણ વેલ થાય છે. નાસુરના ચેપમાંથી આ દરદને ઘણી વખત વધી ગયેલું જોવામાં આવેલ છે, સખત તાવમાં ફરવાથી પણ વેલ થઈ આવવાની હકીકત નોંધાયેલી છે.

(૩) ઝામરવા: ઝામરવા થવાની શરૂઆતમાં માથું દુખવાની એટલી ભયંકર ફરીયાદ દરદી કરે છે કે દરદી દુખાવાથી ત્રાહી ત્રાહી પોકારી માથું પણ કૂટવા માંડે છે. આ દરદમાં આંખની કીકી ઘણી મોટી થઇ જાય છે અને પરિણામે અંધાપો આવે છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

<u>કારણો</u> : આંખની રક્તવાહિનીઓને ઇજા પહોંચવાથી આખની આંસૂ વહેવડાવનારી વાહિનીઓ ફૂલી જાય છે અને આંખની કીકી પણ તેથી ફૂલી જાય છે, આંખની કીકી ફુલી જવાથી નજર ઓછી થતી જાય છે. માથું ખૂબ દુખવા આવે છે અને એમ ઝામરવાનું દરદ લાગુ પડે છે.

ઘણા વિદ્વાનોને એવો અભિપ્રાય છે કે ઝામરવાનું દરદ અતિ સંભોગ કરનાઓને પણ લાગુ પડે છે. આ દરદ માટે ચેપી રોગો પણ કારણભૂત મનાય છે. આધા-શીશી અને પિત્તના દરદોમાંથી પણ આ દરદ ઘણી વખત પરિણમે છે.

<u>(૪) આંખનાં ખીલ</u> : ખીલ ઘણું ખરૂં આંખના ઉપરના પોપચાંઓમાંજ થાય છે અને જવલ્લેજ નીચેનાં પોપચાઓમાં થવા પામે છે. ખીલ નાની નાની ફોલ્લીઓ જેવાં દેખાય છે પણ તેથી આંખમાં ભારે પીડા થાય છે. ઘણી વખત આંખમાંથી મોટા ગૂમડાં પણ થાય છે.

<u>કારણો</u> : રાતના અતિ ઉજાગરાને પરિણામે ખાસ કરીને ખીલનું દરદ થાય છે અને અતિ ગરમ ખોરાકો લેવાયા બાદ જો ઠંડક આપનારા ખોરાકો લેવામાં ન આવે તો તેથી પણ ખીલ થાય છે. કાયમની કબજીયાત એ પણ ખીલનું ત્રીજુ કારણ છે અને લોહીમાં ગરમીના જંતુઓ રહેવા એ ચોથુ કારણ છે. પરમા જેવા દરદો અવારનવાર થવાથી ખીલ થાય છે. શરીરને મળતા પોષણમાં રહેતી ઉણપથી પણ ખીલ થાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

(૫) આંજણી : આંજણી પાંપણની નીચે પોપચાની ધાર પર થાય છે. ક્યારેક પોપચાની ધારથી દૂર થતી પણ જોવામાં આવે છે.

કારણો : આંજણી થવાના છ કારણો છે. ઘણા વખતની જુની બાદીને પરીણામે આંજણી થાય છે, આંખમાં ખીલનો ચેપ રહી જવાથી, રાત્રિના અતિ ઉજાગરાને પરિણામે પોપચાઓમાં સખત ગરમી પેદા થાય છે અને તેને પરિણામે પણ આંજણી પેદા થાય છે. શરીરમાંથી રસતત્વ ઓછું થવાથી તેમજ આંખમાં બાહ્ય કસ્તર જવાથી અને લાંબો વખત સુધી ગળાની શરદી ચાલુ રહેવાથી કાનની બહેરાશ થાય છે અને પછી તેમ આંજણી થવા પામે છે.

(૬) આંખ આવવી વિષે હવે પછી આપવામા આવ્યું છે.

(૭) ફુલું : આંખના ડોળા પર અને આંખના રતન પર સફેદ ડાઘરૂપે ફુલું થવા પામે છે ત્યારે આંખની નજર ઓછી થઇ જાય છે.

ફુલુ થવાના ત્રણ કારણો છે : પહેલું તો આંખમાં ખીલ થવાથી ખીલ છોલાઈ છોલાઈને આંખમાં ફુલુ પડે છે, બીજું માતા કે ઓરી જેવા દરદો થવાથી આંખમાં ગુમડાં અને તેમાંથી ફુલુ પરિણમે છે. આંખમાં કોઈ વસ્તુ લાગી જવાથી પણ ફુલુ પડે છે.

(૮) આઠમો વધારાનો પ્રકાર તે ચશ્માનો નંબર છે : આજકાલ ચશ્મા આવવા એ ખૂબ જ સામાન્ય પ્રકારનું આંખનું દરદ બની રહેલ છે ચશ્મા આવવાના અનેક

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કારણો છે જેમાનાં નીચેના સાતેક મુખ્ય કારણોછે.

કેટલીકવાર વંશપરંપરાથી પણ આંખનો બગાડ ઉતરી આવે છે અને તેને પરિણામે ચશ્મા આવે છે. અતિ ઉજાગરા કરવા, મગજના દર્દો, હસ્તદોષ જેવા રોગોથી પણ આંખ બગડે છે અને પરિણામે ચશ્મા આવે છે. આંખને પુરૂં પોષણ ન મળતાં પણ આંખનું તેજ ઓછું થાય છે ને ચશ્મા આવે છે. અતિ ગરમી અને અતિ ઠંડકમાં રહેવાથી પણ આંખ બગડે છે. અતિબાદી રહેવાથી પણ આંખ બગડે છે. અતિ ચિંતા એ પણ આંખ બગડવાનું એક કારણ છે. વધુ પડતું વાંચન અને ગરમ પીણાં તથા ગરમ ખોરાકોથી પણ આંખ બગડે છે.

<u>(૧) મોતિયાનો ઉપચાર</u>: મોતિયા માટે આજ દિવસ પર્યંત કોઇ પણ ઉપાય સંપૂર્ણપણે સફળ નીવડયાનું જાણમાં નથી છતાં નીચેના પ્રયોગોથી કોઇ કોઇ રોગીને મોતિયો ખરવાની હકીકત જાણવામાં આવે છે.

બરફ કરતાં પણ વધું ઠંડા પાણીમાં માથું થોડીવાર ઝબકોળવાથી, તેવાં જ ઠંડા વાતાવરણમાં રહેવાથી મોતિયાની પીડા ઓછી થયાનું જાણવામાં આવેલ છે. પારાની બનાવટનો મલમ આંજવાથી પણ કોઇ કોઈને આરામ થાય છે, આયુર્વેદમાં પારાનું અંજન કહેવામાં આવે છે અને એલોપેથમાં Yellow oxide of mercury વપરાય છે.

મોતિયા માટેના ઉપરના બન્નેય પ્રયોગો દરમ્યાન હરડેનું તોલો ૦ા થી ૦ાા દરરોજ રાત્રે ગરમ પાણી સાથે લેતા

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ભૂલવું નહિં.

(૨) વેલનો ઉપચાર: વેલના ઉપાય માટે ઘણા વૈદ્યો બહેડાંની છાલ મધમાં ઘૂંટી આંજવાની હિમાયત કરે છે. કોઇ કોઇ અનુભવીઓ અજમાંના ફુલનાં એક ભાગ પ્રવાહીમાં ૧૦૦ ભાગ પાણી નાખી આંજવાથી વેલ મટી જવાની વાત કરે છે. વેલ આંખને નૂકશાન ન કરી બેસે તે માટે તેનો શસ્ત્રોપચાર કરાવી નાખવાનો ઉપાય સર્વત્ર જાણીતો છે અને તે સફળ ઉપાય પણ છે.

(૩) ઝામરવાનો ઉપચાર: આંખ પર ઝામરવા સખત અસર કરી ગયેલ હોય તો તે મટવાની આશા રહેતી નથી, કારણ કે આંખનું તેજ એક વખત ગયા પછી પાછું આવતું નથી અને પાછું આવ્યાની વાત જાણ્યામાં પણ નથી. આવી પણ ઝામરવાની શરૂઆત હોય તો ગંધીલોવજ રતી છ, બહેડાંની છાલ રતી છ અને ફટકડી રતી ૦।। એ ત્રણે સાથે મેળવી તેના બાર પડીકાં બનાવી એક વખત લજામણીના તાજા રસ ઔંસ એક સાથે, એક વખત તાજા મોરવેલના રસ સાથે વારા ફરતી લેવાથી માથાનો દુખાવો મટી જાય છે.

બીજું અરણીનું મૂળ, ફટકડી, બહેડાંની છાલ, લજામણીના પાન એ બધું ૦। ૦। તોલો લઈને સાથે ખાંડવું. પછી કમળના પાનનાં રસમાં અથવા મોરવેલના રસમાં ઘૂંટી આંખમાં લગાડવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

(૪) આંખમાં ખીલનો ઉપચાર: લીંબુનો રસ ઔંસ ૦।, વરસાદનું પાણી અથવા ગુલાબજળ ઔંસ ચાર,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સાકર તોલો અરધો સાથે મેળવી આંખમાં ટીપાં નાખવા અને ખસખસના ડોડાનો આંખના પોપચા પર શેક કરવાથી ખીલમાં આરામ થાય છે.

આંખના પોપચા પર બહારના ભાગમાં નીચેની ઔષધિ લગાવવાથી સારો ફાયદો થાય છે.

રસવંતી તોલો એક, અફીણ તોલો ૦।, આમલી તોલો એક, એ બધું સાથે મેળવી પાણીમાં ઘુંટી પોપચા પર લગાવવાથી ખીલમાં આરામ થાય છે.

(૫) <u>આંજણીનો ઉપચાર</u> : અરણીનું મૂળ ઘસીને લગાવવાથી ચોક્કસ આંજણી મટી જાય છે. ગુલકંદ અને હરડેનું લાંબો સમય સેવન પણ હિતકર છે.

(૬) આંખ આવવી માટે ઉપચાર હવે પછી સુચવાયા છે.

(૭) <u>ફુલુનો ઉપચાર</u>:—અરણીના મૂળને ઘસીને કેવળ ફૂલા જેટલાં ભાગ પર લગાવવું. બીજે ઠેકાણે લગાવવાથી નૂકશાન થાય છે. કુહાડીયાનું સત્વ પણ કેવળ છાશ સાથે ઘસીને ફુલા જેટલાં જ ભાગ પર લગાવવાથી આરામ થાય છે.

(૮) <u>ચશ્માના નંબરનો ઉપચાર</u>:—દરરોજ રાત્રે હિમેજ ૨ આનીભાર ગરમ પાણી સાથે લેવી અને નિમળીના ટીપાં ત્રણ ત્રણ આંખમાં દરરોજ રાત્રે સૂતી વખતે નાંખવા.

પેટ પર અને માથા પર કાળી માટીનો લેપ કરવો તથા આંમળાંની ઋતુમાં આખા દિવસ દરમ્યાન નિયમિત આઠ આંમળાં ત્રણ માસ સુધી લેવા.

આ પ્રયોગ આઠ માસ નિયમિત જારી રાખવાથી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ચશ્માનો નંબર નિશ્ચિત રીતે ઘટે છે અને ઘણાને ચાલી જાય છે.

કોલેરા

સખત ઉલટી અને ચોખાના ધોણ જેવા કપચાં કપચાં-વાળા, પણ પેટમાં ચૂંક આવ્યા વગરના ઝાડા થવા તેનું નામ કોલેરા કે કોગળિયું. આ રોગ આબાલવૃદ્ધ સૌને થાય છે અને ગીચ વસ્તી, ગંદા રહેઠાણોમાં ખાસ કરીને પ્રસરે છે. કોલેરાની પાંચ જાતો થાય છે. તેમાં ત્રણ પ્રકારો પાડવામાં આવ્યા છે. (૧) પ્રાથમિક (૨) આખરી અને (૩) પુનઃ સ્થાપિત.

કોલેરાની પાંચ જાતો અને તેનાં લક્ષણો :

(૧) Ambulatory cholera :

આ પ્રકારનું ઉપર મુજબ નામ આપવાનું કારણ એ છે કે, આ પ્રકારના રોગીને રોગ હોય તો પણ તેને બિછાનામાં સૂવું પડતું નથી અને તે હરતોફરતો હોય છે. એટલે આ પ્રકારનો રોગી ભયંકર રોગનો ભોગ બનતો નથી.

(૨) Choleraic Diarrhoea : આ જાતના કોલેરામાં માત્ર થોડા જ ઝાડા થાય છે અને ઉલટી ઓછી થાય છે પણ દરદીને બિછાનામાં પડયા રહેવું પડે છે.

(૩) Cholerine : આ જાતના રોગીને પેટમાં સખત દુખીને ઝાડા થાય છે પણ ચોખાના ધોણ જેવાં જ અને સાથે તે કપચાંવાળા હોય છે. આ ઝાડા ઘણા ઝડપથી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કાબુમાં આવી જાય છે. આ રોગને ઘણા લોકો અતિસારજ માને છે કારણ કે જ્યારે કોલેરાનો રોગ ફાટી નીકળ્યો હોય છે ત્યારે આવા ઝાડાઓ થાય છે. ઘણા તબીબો તેને કોલેરાનું સ્વરૂપ માની લે છે પણ કોલેરા અને અતિસારને જુદું પાડતું લક્ષણ પેટમાંનો દુ:ખાવો છે. પેટમાંનો દુખાવો કોલેરામાં ન હોવો જોઇએ. આ સ્થિતિમાં તેને કોલેરાનું સંબોધન આપવું અસ્થાને છે એમ ફ્રેંચ અને જર્મન તબીબોનો મત છે. પણ આ પ્રકારને કોલેરાનું પૂર્વરૂપ ગણી તેની સખત સારવાર લેવામાં આવે તો તે કોલેરાના રોગચાળા દરમ્યાન કોલેરામાં ન પરિણમે આ આ જાતને અંગ્રેજીમાં કોલેરીન નામ આપી તેને કોલેરાની જાતનો એક પૂર્વ પ્રકાર માનવામાં આવ્યો છે.

(૪) Cholera Sicca :–આ રોગમાં હજુ તો રોગે પુરૂ જોર પકડયું હોતું નથી અને gastro intestine સુધી પહોંચ્યું હોતું નથી તે પહેલાં જ રોગી અવસાન પામે છે તેથી તેને ઘણો જ જલદ પ્રકારનો કોલેરા માનવામાં આવ્યો છે.

(૫) Cholera gravis:–આ જાત લગભગ ૯૫ ટકા જેટલો લોકોમાં જોવામાં આવે છે. આ પ્રકારમાં પેટમાં વાયુ ખડખડ અવાજ કરે છે અને ચોખાના ધોણ જેવા ઝાડા થાય છે, સાથે સાથે માથું પણ સખત દુ:ખે છે અને ઝાડાઓની શરૂઆત પહેલાંજ ૨૪ કલાક અગાઉ ઉબકા શરૂ થાય છે. ઘણી વખત ચોવીસ કલાક અગાઉ ઉલટી શરૂ થાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કોલેરાની પાંચ જાતોમાના મુખ્ય ત્રણ પ્રકાર અને તેના લક્ષણો:-

(૧) પ્રાથમિક પ્રકાર તરીકે ઓળખાતા પ્રકારને અંગ્રેજીમાં Stage of evacuation ને નામે સંબોધવામાં આવે છે. આ પ્રકાર શરૂ થાય ત્યારે માત્ર ત્રણથી બાર કલાકમાં રોગ દેખાય છે. દુખાવા વગરના ઝાડા અને ઉલટીથી તેની શરૂઆત થાય છે અને પછી ઝાડાઓમાં વાસ આવવા માંડે છે. ત્યાર બાદ ઝાડાઓમાં ચોખાના ધોણ જેવાં ઝાડા છતાં સાથે આંતરડાનાં પણ ધોવાઇ તેનાં કપચાં ખરે છે. પેટમાં દર્દ થતું નથી, પણ ઝાડો થવાથી રાહતની લાગણી ઉત્પન્ન થાય છે. પણ ફરી ઝાડો થવાના ખણસ થતાં બેચેની પ્રાપ્ત થાય છે. પહેલા ઉલટી થાય પછીજ ઝાડા શરૂ થાય છે અને ચોખાનાં ધોણ જેવી ઉલટી થાય છે.

આ પ્રકારમાં ઘણી વખત સાથે હેડકી પણ આવે છે ઝાડાઓ થવાને કારણે મોઢું ખેંચાઇ જાય છે અને તેને કારણે હાથપગ ખેંચાવા માંડે છે. આ ખેંચાણને Cramps ને નામે ઓળખવામાં આવે છે અને પછી આખા શરીરમાં ખેંચાણ થવા માંડે છે.

આખરે પેટમાં પેણ તેમજ થાય છે. તરસ લાગે છે અને રોગી નંખાઇ જાય છે. શરીર ઠંડું પડી જાય છે અને ચામડી પર ગોળ ગોળ ડાઘાઓ પડયા હોય તેમ જણાય છે. હોઠ અને કાનનાં ટપકાં જાંબુડાં દેખાય છે ચહેરો, તદ્દન ઉતરી ગયેલો લાગે છે, આંખના ડોળા ઊંડા ઉતરી જાય છે અને અવાજ તદ્દન ધીમો અને ભારે લાગે છે,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

શ્વાસોશ્વાસ જડપી બને છે અને લોહીનું દબાણ નીચું થઇ જાય છે અને નાડીનું ઠેકાણું રહેતું નથી.

(૨) કોલેરાનો આ અંતિમ પ્રકાર Algid or Collapse Stage ને નામે ઓળખાય છે આ પ્રકારમાં ઉલટી અને ઝાડા ઓછાં થઇ જાય છે પણ હૃદયના ધબકારા ઘણા જ ઓછા અવાજથી સંભળાય છે; નાડી હાથમાં આવતીજ નથી લોહીનું દબાણ systolic ૪૦ થી ૭૦ m.m. થઇ જાય છે. પેશાબ ઘણોજ ઓછો થઇ જાય છે, ચામડી તદ્દન રૂક્ષ બને છે અને આ જાતનાં ચિન્હો શરૂઆત પછી ૩ થી ૪ કલાકમાં મૃત્યુ થતાં નોંધાયાં છે. આમાંથી ભાગ્યેજ ૫૦ ટકા રોગીઓ બચે છે પણ બચેલાઓને આ રોગ ફરીથી થાય છે.

(૩) આ પ્રકાર stage of reaction તે આપણે પુનઃસ્થાપિત્ત પ્રકાર તરીકે ઓળખીએ છીએ તેમાં રોગીને તાવની શરૂઆત થાય છે, લોહીનું નીચું ગયેલું દબાણ ઉપર આવે છે અને પેશાબ વધે છે અને ઝાડામાં પિત્ત દેખાય છે.ઘણાને આ રોગમાંથી સન્નિપાત જવર (ટાઇફોઇડ) થાય છે. આમ રોગ મટતાં સહેજે આઠેક દિવસ નીકળી જાય છે. જ્યારે ફરી ઉથલો મારેલા રોગીને હેડકી આવે છે લોહીનું દબાણ વધે છે અને માંસપેશીઓમાં દુખાવો શરૂ થાય છે. ત્યારે રોગ અસાધ્ય છે એમ સમજી જવું. ઘણી વખત રોગ લંબાવાથી રોગીને ભાઠાં પડે છે.

<u>કારણો</u> કોગળિયું પાણીમાંથી જન્મતો રોગ હોઇ ચોમાસામાં આવતું પાણી મુખ્યત્વે એના માટે કારણભૂત છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આ નવું પાણી ગટરોમાંથી કચરાને ઘસડી લાવે છે અને ઘણી વખત આ પાણીમાંથી ઝાડપાન, શાકભાજી અને અનાજ, જાનવરોને ખાવાના ખોરાકો–ઘાસચારો વગેરેને ઉછેરે છે. પરિણામે ઘટરમાં ઘસડાઈ આવતા કચરામાંના આવા રોગોના જંતુઓ શાકભાજી, તાજાં ફળો, ઘાસ અને દૂધમાં સ્વાભાવિક રીતે જ પેદા થાય છે. અને અને એ રીતે થતા અનેક રોગોમાંથી એકાદ રોગ સમગ્ર રીતે ફાટી નીકળે છે.

મુખ્ય છ કારણો :–

(૧) અસ્વચ્છતા.
(૨) અતિસાર
(૩) તાજું ચોમાસું.
(૪) ખરાબ દૂધ.
(૫) ખરાબ ફળ
(૬) ચેપ

રોગને મુખ્ય આમંત્રણ ગંદકી જ આપે છે. ભારે ગીચ વસ્તી વચ્ચે ચારે તરફ ગંદકી થાય છે તે વરસાદ ખેંચી જાય છે અને એ ગંદકી જ્યાં ને ત્યાં કુવાના પાણી સાથે મળે છે, તળાવ, નદી અને નાળાઓમાં પણ એ ગંદકી ભળી જાય છે. એથી પાણીમાં રોગના જંતુઓ ઉછરે છે અને તેનો ફેલાવો પણ કરે છે.

આ પાણીદ્વારા અશક્ત, બિમારો અને રોગો સામે લડવાની તાકાત નહિ હોય એવા શરીરવાળા લોકોમાં રોગના જંતુઓ ફેલાઇ જાય છે અને તેઓ કોગળિયું–

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કોલેરાના રોગનો ભોગ બને છે.

આ ઉપરાંત યકૃત અને હોજરી તદ્દન જડ બની જાય છે અને પિત્તાશયમાં પિત્ત ઘટ્ટ અને વાસવાળું થાય છે તેથી તે આંતરડાઓમાં આવી શકતું નથી અને તેમ નહિં થવાથી આંતરડાઓમાં રહેલો ખોરાક પિત્તાશયના અભાવે પચતો નથી અને તેમાંથી ઝાડા તથા ઉલટી શરૂ થાય છે. મૂત્રપીંડ સૂજી જાય છે તેથી પેશાબ ઓછો થઈ જાય છે અને ફેફસાઓમાં પણ કફ સૂકાવા માંડે છે. આ સિવાય આંતરડાંનાં પડો ધોવાય છે અને ઝાડામાં તેનાં કપચાંઓ દેખાય છે.

જ્યારે આ રોગ થાય છે ત્યારે રોગીને પગે ગોટલા પણ ચઢે છે અને ત્યાં સખત દુઃખાવો થાય છે.

કોઈ કોઈવાર રોગીને તાવ પણ આવે છે, આંખે અંધારા આવે છે અને રોગી બેભાન બને છે.

<u>સારવાર કરનાર માટે ઉપચાર</u>: સારવાર કરનાર માટે ગરમ પાણી રતલ અરધામાં એક લીંબુ નીચોવી તેમાં બે આનીભાર અથવા તોલો મીંઠું ઉમેરી સવારસાંજ પી જવું અને એ ઉપરાંત સવારસાંજ બબ્બે કાંદા ખાઈ જવા.

કાંદા કોલેરાના જંતુનો ખાસ નાશ કરે છે તેથી તે સાવચેતીનાં પગલા તરીકે ખાસ ઉપયોગી છે.

<u>પ્રકાર પ્રમાણે અનુક્રમે ઉપચારો સૂચવવામાં આવ્યા છેઃ</u>

(૧) પહેલાં પ્રકારમાં ખાવાપીવાની સાવચેતી અને અને લીંબુ અથવા આમલીનું પાણી ઉપકારક છે. તથા

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

દરદીને સવારસાંજ કાંદા ખાવા આપવા.

(૨) બીજા પ્રકારમાં અરધેા રતલ આમલી ચાર રતલ પાણીમાં ખૂબ ચેાળી તે પાણી આખેા વખત પીવા આવવું અને એ ખલાસ થાય ત્યારે તે જાતનું બીજું પાણી આપવું, આ ઉપરાંત વૃદ્ધગંગાધર ચૂર્ણ બબ્બે આનીભાર દિવસમાં છ વખત ઉપરના પાણી સાથે આપવું.

(૩) ત્રીજા પ્રકારમાં દરદીને ૦।। તાેલેા વાવડીંગ આમલીના પાણી સાથે દિવસમાં ત્રણ વખત આપવાં.

(૪) ચેાથી જાતનાં કાેલેરા માટે પહેલી અને બીજી બંન્ને જાતના ઉપચારાે કરવા. દર ૩૦ મીનીટે પહેલી જાતનેા અને દર બીજી ૩૦ મીનીટે બીજી જાતનેા એમ કલાકે બે વખત પહેલી અને બીજી જાતના ઉપચારાે કરવાં અને તાે કાંદાનેા રસ અને લીંબુનું પાણી પણ સાથે વચ્ચે વચ્ચે આપતા રહેવું.

(૫) પાંચમાં પ્રકારમાં પહેલી જાતના ઉપચાર ઉપરાંત દર બબ્બે કલાકે વૃદ્ધગંગાધરચૂર્ણ બે આનીભાર અને ઈંદ્રિજવ એક આનીભાર બંન્નેને મેળવીને લીંબુના પાણી સાથે આપવું.

ગમે તે કક્ષામાં અને ગમે તે પ્રકારમાં ખટાશ, લીંબુ અને આમલીનેા ખૂબ ઉપયેાગ કરવેા.

ચામડીના રેાગેા

<u>(૧) ખરજવું અને જુની કાળી દાદર</u> : ખરજવું થાય ત્યારે ચરબીમાં લેાહીનું ફરવું બંધ થઇ જાય છે અને

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અંદરના રસો વહેવા માંડે છે તેથી ઘણી ખૂબ ખજવાળતા ખૂબ મીઠી ચળ આવે છે અને ખજવાળવાથી અંદરથી પાણી છુટે છે.

ચરબીની આંતર રસગ્રંથિઓ નબળી પડવાતી પોતાનું કાર્ય કરતી બંધ થાય છે અને તેના રસો ત્યાં સૂકાઈ જઇ તેની વિકૃતીરૂપે અતી ભયંકર ખરજવામાં પરિણમે છે જેને સુધારતા વર્ષો વીતી જાય છે.

કારણો: (૧) વાળનાં મૂળમાં ચેપ લાગવાથી વાળ ખરી જઇ તે ચેપ મૂળમાં ભરાઈ તેમાંથી ખરજવું ઉપસ્થિત થાય છે.

(૨) પસીનો થયા પછી ચામડી સાફ ન થતી હોય ત્યારે પસીનો બહાર ન નીકળી શકવાવી અંદર માંસ સાથે સ્થગિત થઈ તેમાંથી ચેપ પેદા થઇ માંસાદિકને સડાવી નાંખે છે તેમાંથી ખરજવું નીપજે છે,

(૩) આબોહવા (૪) પ્રજીવનું તત્વ 'અ' અને 'બ' ની ખામીથી (૫) અંદરની રક્તવાહિનીઓ ફુલી જઈ ત્યાં રક્ત સ્થગિત થઇ તેમાંથી ચેપ પ્રસરે છે.

(૬) સાફ કર્યા સિવાયના અનાજના આખો દિવસ સ્પર્શમાં રહેનારાં માણસો જેવા કે ધંધાદારી દાણાવાળા-ઓને તે દરદ તેના સ્પર્શથી થાય છે (૭) મીઠી પેશા-બવાળાઓને (૮) ચટ્ટાના દરદવાળાઓને. ઉપરનાં કારણો ઓછા ઓછા પ્રમાણમાં હોય ત્યારે કાળીદાદર જન્મે છે જેને મટતા સમય લાગે છે પણ તેની તકલીફ ઘણીજ ઓછી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

હોય છે. જ્યારે ચામડીના એ ભાગ પરનું કપડું ખસેડ-વામાં આવે છે ત્યારે જ ખજવાળ જણાય છે.

ખરજવાના ઉપચાર: (૧) લાલ તાડનું તેલ ચમચી બે, શંખાવલીનો તાજો રસ ચમચી એક, એ બન્ને સાથે મેળવી તે પ્રમાણે દિવસમાં ત્રણ વખત લેવું તથા પાણી નીચે જણાવ્યા પ્રમાણે જ પીવું અને ખરજવા પર આગળ નીચે આપ્યા પ્રમાણે મલમ લગાવવો.

(૨) આખો દિવસ જવનું જ પાણી પીવું.

(૩) હવા બદલી

(૪) ઉપચાર નં ૧ પ્રમાણે તથા લીંડીપીપર રતી ત્રણ દિવસમાં ત્રણ વખત મધ સાથે.

(૫) ઉપચાર નં. ૧ અને નં. ૪ ઉપરાંત વાવડીંગનું ચૂર્ણ રતી ૫ ગરમ પાણી સાથે દિવસમાં બે વખત લેવું.

(૬) અનાજના સ્પર્શથી દૂર રહેવું.

(૭) મીઠી પેશાબનો ઉપાય કરવો.

(૮) ચટ્ટાનો ઉપાય કરવો.

મલમ બધી જાતના ખરજવાવાળાઓએ લગાવવાનો છે. કબજિયાતવાળાએ હરડે તો ૦ાા ગરમ પાણી સાથે રાત્રે સૂતી વખતે લેવી.

સવાર સાંજ, આમલસારો ગંધક તોલો ૦ા કેળામાં નાંખી તે કેળું ખાવું.

જવનું પાણી બનાવવાની રીત:–પાણી રતલ ૩, ખુરાસાની અજમો તોલા ૧, જવ તોલા ૨, આ બધું

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સાથે ઉકાળી, ગાળી, પાણી ઠંડું કરી તેમાંથી જ આખો દિવસ પીવા માટે વાપરવું.

<u>મલમ બનાવવાની રીત</u>:=સો પાણીથી ધોયેલું માખણ તોલા પાંચ, ગંધક તોલો ૧, કૌચાની શીંગનું ચૂર્ણ તોલા ૦॥, આવળનાં પાનનું ચૂર્ણ તોલો ૦॥, એ બધું સાથે મેળવી તેનો મલમ બનાવી લગાવવો. રાત્રે સૂતી વખતે ભીંડીનું અગર કોપરાની કાચલીનું તેલ લગાવવું.

<u>દારનો ઉપચાર</u> :–માખણ તોલા ૨॥, કુહાડીયાનું સત્વ તોલા ૦॥, અને કુહાડીયાનું સત્વ ન મળે તો કુહાડીયાના બીજ તોલો એક, ચંદનનો ભૂકો તોલા ૦॥ મેળવી મલમ બનાવી દાદર પર લગાવવો.

<u>સૂચના</u>:–ઉપરના કારણસર ચળ આવતી હોય તો ખટાશ, તેલ, મરચાં તેમજ તળેલાં ખોરાક બંધ કરવા.

ભગંદર

ગુદાદ્વાર પાસે થતા રોગને આયુર્વેદ ભગંદર તરીકે ઓળખે છે. આયુર્વેદ અનુસાર વાત, પિત્ત, કફ, ત્રિદોષ અને આગન્તુક કારણોથી એમ પાંચ પ્રકારના ભગંદર થાય છે. વાયુથી થતા ભગંદરને શતયોનિના નામથી, પિત્તથી થતા ભગંદરને ઉષ્ટ્રગ્રીવના નામથી, કફથી થતા ભગંદરને પરિશ્રાવિકના નામથી, ત્રિદોષવાળા ભગંદરને શંબુકાવર્તથી તથા આગન્તુક કારણોથી ઉદ્દભવતા ભગંદરને ઊન્માર્ગી ભગંદરથી પરિચય આપવામાં આવે છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

શતપોનિનાં લક્ષણો: ગુદાની પાસે અર્ધો ઇંચ જેટલા પ્રદેશમાં લોહી અને માંસ દોષિત થાય છે અને તેમાંથી લાલ રંગની ફોલ્લી ઉપડે છે જેથી સોયો ભોંકાયા જેવી પીડા થાય છે, માથું દુખે છે, બેચેની થાય છે, છીદ્રોમાંથી ફીણવાળો સ્રાવ નીકળે છે, વ્રણપર કોઇ હથોડા મારતું હોય તેવી પીડા અવારનવાર થઇ આવે છે અને ઘણી વખત તે છિદ્ર માટે મળમૂત્રાદિકનું વિસર્જન પણ થાય છે.

ઊષ્ટ્રગ્રીવના લક્ષણો: મોટી ફૂલેલી ફોલ્લીઓ ગુદાદ્વારના ભાગ પર થાય છે, ઘણી વખત લાલ તો કોઇ વખત સફેદ ફોલ્લી થઇ તેમાં ભયંકર દાહ તથા વેદના થાય છે. દુર્ગંધવાળા અને ગરમ ગરમ સ્રાવ ત્યાંથી નીકળે છે અને તેમાંથી ઘણી વખત મળમૂત્રાદિક બહાર નીકળે છે.

પરિશ્રાવિકના લક્ષણો: આ જાતના ભગંદરમાં સફેદ અને કઠણ ફોલ્લીઓ થાય છે, તેના પર સખત ખજવાળ આવે છે, ફોલ્લાઓ પર સોજો ચઢે છે અને ચીકણો સ્રાવ નીકળે છે, ખજવાળવાથી ખૂબ લોહી નીકળે છે.

શંબુકાવર્તના લક્ષણો: ઘણી મોટી અને ત્રણે દોષોને કારણે જુદી જુદી ફોલ્લીઓ જોવામાં આવે છે. કોઇ વખતે એક તો કોઇ વખતે બે કે ત્રણ ફોલ્લીઓ જોવામાં આવે છે અને તેનું મોઢું શંખલાના મોઢા જેવું હોય છે સોય ભોંકાતી હોય એવી અતિવ્યથા, દાહ તથા ખરજ, જુદી જુદી જાતના સ્રાવ અને અસહ્ય પીડા થાય છે.

ઉન્માર્ગીવના લક્ષણ: મોટું નારૂં પડે છે અને અંદર કીડાઓ થાય છે આ કીડાઓ આખા જખમને અંદર

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વધારેને વધારે ઉંડા ખોતરાતા જાય છે. ભયંકર દુર્ગંધ આવે છે અને તેમાંથી રસ તથા લોહી નીકળે છે.

કારણો : (૧) શતયોનિ અપથ્ય પદાર્થો ખાવાથી, રાત્રે ઉજાગરા કરવાથી અને ગુદા ભાગ પર ખજવાળથી, પ્રકુપિત થયેલો વાયુ પાછો ફરી ગુદાની પાસેના વિભાગના માંસ તથા રૂધિરને દુષિત કરે છે.

(૨) ઊષ્ટ્રગ્રીવ : ઘણાં તીખાં, ખાટા અને વાસી પદર્થો ખાવાથી, અબ્રહ્મચર્યથી, ઉજાગરાઓથી, કાચું માંસ ખાવાથી અને પ્રકુપિત થયેલું અને વાયુનો નીચે પ્રેરેલું પિત્ત ગુદા ભાગના માંસ તથા રૂધિરને દુષિત કરે છે.

(૩) પરિસ્રાવિક : બહુ ઘી, માંસ અને મિષ્ટાન્ન ખાવાથી, ઘોડાપર મુસાફરી કરવાથી, સૃષ્ટિવિરૂધ્ધ કર્મ કરવાથી, મળાદિકનું રૂંધન કરવાથી, વાયુએ નીચે પ્રરેલો અને પ્રકૃષિત થયેલો કફ ગુદાની પાસે અરધાથી એક ઇંચ જેટલા ભાગના માંસ તથા રૂધિરને દુષિત કરે છે અને તેમાંથી આ જાતનું ભગંદર થાય છે.

(૪) શંબુકાર્વત : ત્રણે જાતના ઉપરનાં કારણો ભળે ત્યારે શંબુકાર્વત થાય છે.

(૫) ઉન્માર્ગી : ખવાઈ ગયેલા હાડકાં અને માંસપેશી અને અપાચન રહેલાં અન્ન શલ્યરૂપે ઘાટી વિષ્ટા સાથે મળી અપાનવાયુની ગતિને લીધે નીચેના ભાગમાં આવી આડું અવળું થઇ ગુદાદ્વારને જખમ કરે છે. પરિણામે આ જખમમાંથી પરૂં અને લોહી જવા પામે છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

શતયોનિનો ઉપચાર : ભગંદરની જગ્યાએ મહાકાસીસાદીઘૃત તોલા એકમાં બીલાડીનું હાડકું એક તોલો મેળવી ભગંદરના ભાગપર લગાવવું. એ ત્રણ રતલ પાણીમાં એક તોલો વાવડીંગ ઉકાળી પાણી ગાળી ઠંડુ કરી એ જાતનું જ પાણી પીવું.

મહારાસ્નાદિકવાથ પ્રવાહી તોલો એક, અજમોદાદિકવાથ પ્રવાહી તોલો એક દિવેલ તોલા એક સાથે મેળવી સવારસાંજ લેવું તથા ત્રિફળા ગુગળની ગોળી બબ્બે સવારસાંજ ગરમ પાણી સાથે લેવી અને પ્રયોગ દરમ્યાન ઘઉં અને છાશ પર અઢીમાસ રહેવું.

ઉષ્ટ્રગ્રીવના ઉપચાર : જાત્યાદિઘૃત તોલા બેમાં ચંદનનું તેલ તોલો એક, વાંસનાપાન તોલો એક અને સીતાફળના પાન તોલા બે સાથે મેળવી મલમ બનાવી ભગંદર પર લગાવવો અને ચંદનાદિકવાથ પ્રવાહી તોલો એક, ખેરસારાદિકવાથ પ્રવાહી તોલો એક, જાંબુનો રસ તોલા બે સાથે મેળવી સવારસાંજ લેવા આ ઉપરાંત ગોક્ષુરાદી ગુગળની બબ્બે ગોળી કવાથપર તરત જ સવારસાંજ ગરમ પાણી સાથે લેવી. આ પ્રયોગ દરમ્યાન કેવળ દૂધ, ઘઉં, સાકર, ઘી અને ભાતપર રહેવું.

પારિશ્રાવિકનો ઉપચાર: સિંદુરનો મલમ બનાવી તેમાં ભીલામાં બે તોલા મલમમાં અર્ધો તોલો નાખવા અને શંખજીરૂ તોલો એક તથા હાડસાખરી તોલો એક તથા માખણ તોલા બે બધું સાથે મેળવી ફરી તેનો મલમ બનાવવો અને ભગંદરના ભાગ પર લગાવવો. અજમો-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

દાહીકવાથ પ્રવાહી તોલો એક, સૂંઠયાદીકવાથ પ્રવાહી તોલો એક, મરિચિયાદીકવાથ પ્રવાહી તોલો એક, સાથે મેળવી સવાર બપોર અને સાંજ પીજવું અને પથ્યાદિગુગળની બબ્બે ગોળી દિવસમાં ત્રણ વખત ગરમ પાણી સાથે લેવી. ખોરાકમાં કેવળ ચણા અને અડદ સિવાય કશું લેવું નહીં. અને પ્રયોગ ત્રણ માસ કરવો.

<u>શંબુકાવર્તનો ઉપચાર</u>: પહેલાં પ્રકારમાં બતાવેલો મલમ લગાવવો અને ઘારૂં પડયું હોય તો મલમને ગરમ કરી ઘારામાં પ્રવાહી ભરવો. ગોક્ષુરાદીગુગળની બબ્બે ગોળી દિવસમાં ચાર વખત ગૌમૂત્ર સાથે લેવી અને પટોલાદીકવાથ તોલો ૧, મહામંજીષ્ટાદી કવાથ તોલો ૧, ભૂનિંબાદી કવાથ તોલો ૫, સાથે મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત લેવા. કેવળ પ્રવાહી પર ત્રણ માસ રહેવું, રાત્રે ઉજાગરા કરવા નહિં.

<u>ઉન્માર્ગીનો ઉપચાર</u>: પહેલાં તથા બીજા પ્રકારનો મલમ સાથે મેળવી લગાવવો અને ભીલામાનો પાક તોલા બે દરરોજ સવારે લેવો. મહારાસ્નાદિકવાથ તોલા બે સાથે ગોક્ષુરાદિકવાથ તોલા બે મેળવી સવારસાંજ લેવા કેવળ મગ પર બાવન દિવસ રહેવું અને દિવસે શયન કરવું નહિં

દરેક ઔષધોના પાઠ માટે પરિશિષ્ટમાં જોઇ લ્યો.

શીળસ

શરીરના એક ભાગ પર થઇને ફરી અદ્રશ્ય થઈ જતા

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અને પાછા બીજા ભાગ પર થતા ફોલ્લાઓના પ્રકારને શીળસને નામે ઓળખવામાં આવે છે. આ રોગ મોટે ભાગે પિત્તમાંથી થતો જાણવામાં આવ્યો છે ને તેને આયુર્વેદમાં શીતપિત્તને નામે ઓળખવામાં આવે છે શીતપિત્તની ત્રણ જાતો છે પણ આ જાતો શીળસ નથી. શીળસ અને શીતપિત્ત વચ્ચેનો તફાવત અત્રે રાખવામાં આવ્યો છે. પશ્ચિમી તબીબશાસ્ત્ર શીતપિત્તને 'આર્ટીકેરીયા' ને નામે ઓળખે છે અને તેના મટાડ માટે બાહ્ય ઉપચારો સૂચવે છે. આયુર્વેદે આ રોગનો તદ્દન જુદાજ દ્રષ્ટિકોણથી વિચાર કર્યો છે ને તેને માટે કાળીજીરીને પ્રથમ સ્થાન આપ્યું છે.

આ રોગ દરમ્યાન આખા શરીર પર ખૂબ ખજવાળ આવે છે આ ખજવાળ એટલી બધી ભયંકર હોય છે કે એથી લોહી નીકળી આવીને પરિણામે શરીર કદરૂપું થઈ જાય છે. આયુર્વેદમાં આ રોગને શીતપિ-તને નામે ઓળખવામાં આવ્યો છે.

<u>શીત્તપિત્તની ત્રણ જાતો</u> : શીતપિ-તની ત્રણ જુદી જુદી થતો માનવામાં આવી છે. ખાસ રીતે જોતા એ ત્રણે જાતો શીત્તપિત્તમાંથીજ નીકળતી હોવા છતાં તે શીળસ નથી, પણ એ ત્રણે ય જાતોમાં શરીર પર ખજવાળ આવી ફોલ્લાઓ નીકળે છે. શીળસના આ ત્રણ પ્રકાર કહેવામાં આવ્યા છે તેમાંના બીજા પ્રકારનું નામ 'ઉદ્દર્દ' અને ત્રીજાનું નામ કોઠ છે.

આયુર્વેદ આ શીતપિત્તને ઠંડો પવન લાગવાથી પિત્ત

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પર નૂકશાન કરી શરીરપર ફેલાઓ ફેલાવનાર એક રેાગ તરીકે ઓળખે છે. શરીરપર શીળસ નીકળ્યા પહેલા તીવ્ર અરૂચિ રહ્યા કરે છે, મેાળ આવે છે, તરસ લાગે છે, આંખ લાલ થઇ જાય છે, શરીર ભારે ભારે લાગે છે અને ઉદાસીનતા જણાય છે.

<u>લક્ષણેા</u>: ચામડી પર ડાંસ કરડી ગયેા હેાય તેવા ઢ્રામઠાં નીકળે છે. સેાય ઘેાંચ્યા જેવી પીડા થાય છે, બળતરા થાય છે, ઉલટી થાય છે, ખરજવા છૂટે છે, ચામડી પર સેાજો આવે છે અને આખું શરીર ગેાદડા જેવું જાડું બની જાય છે.

<u>કારણેા</u>: ઠંડું ભેાજન, રાત્રે ઉજાગરા, વધારે પડતું ભેાજન, દારૂ, ખરાબ દૂધને‌ા ઉપયેાગ ખરાબ માંસનેા ઉપયેાગ વધારે તાપમાં ફરવાથી, વધારે ઠંડીમાં ફરવાથી, કાળજુ લીવર બગડવાથી.

<u>ઉદર્દ અને શીત્તપિત્ત</u>: ઉદર્દ અને શીતપિ-ત વચ્ચેના તફાવતમાં શીતપિત્તમાં વાયુ મુખ્ય હેાય છે જ્યારે ઉદર્દમાં કફ વધારે હેાય છે. ઉદર્દ ઠંડી ઋતુમાં શરીર પર લાલ રંગના ચાંઠા રૂપે નીકળી પડે છે અને સહન ન થઇ શકે તેવી સખત વલૂર આવે છે. આ ચાંઠાએા વચ્ચે મુખ્ય તફાવત એ છે કે શીતપિ-તનાં ચાંઠા ડાંસ કરડયા હેાય એવા દેખાય છે જ્યારે ઉદર્દમાં થતા ચાંઠા વચમાંથી ઊંડા અને કેાર પરથી થેાડા ઉપસેલા અને થેાડા ઉંચા હેાય છે. આ સિવાયના ઉદર્દનાં દરેક લક્ષણેા શીળસના લક્ષણેા જેવાં જ હેાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કોઠના લક્ષણો: ઉપર આવતા પિત્ત કે કફને રોકવાથી ઉલટીના ઔષધો લીધા પછી પૂરી ઉલટી ન થવાથી શરીર પર લાલ રંગના ગોળ ચાંઠા ઉઠી આવે છે તે આ પ્રકારનું મુખ્ય લક્ષણ છે તેમાં સખત વલૂર આવે છે શરીર થોડી વારમાં લાલ થઇ જાય અને ફરી પાછું જેવું હતું તેવું થઈ જાય. આ પ્રકાર કોઠનો છે અને જે ચાંઠા થઇ પાછા મટે નહિં તેને ઉત્તકોઠ કહેવાય છે આ પ્રકાર કોઠની પેટાજાત છે.

પશ્ચિમના નિષ્ફળ ઉપચારો: આ બધા રોગને ઘણા ચામડીના રોગ તરીકે ઓળખે છે અને તેથીજ તેને આર્ટીકેરીયા નામે અંગ્રેજી તબીબો સંબોધે છે. પણ ખરી રીતે જો તે કેવળ ચામડીનો જ રોગ હોત તો બાહ્ય ઉપચારોથી જ મટી જવો જોઈતો હતો બાહ્ય ઉપચારોથી આ રોગ મટતો નથી અને એઠલે ઘણી વખત પશ્ચિમી ઉપચારો નિષ્ફળ જાય છે.

ઉપચાર: પશ્ચિમ ઉપચારોમાં આ રોગ માટે કેલ્શીયમ, એન્ટીસ્ટીન વગેરે ઉપચારો કરવામાં આવે છે.

આયુર્વેદ આ રોગનો તદ્દન જુદી જ દ્રષ્ટિએ ઉપચાર કરે છે. કાળીજીરી આંયુર્વેદમાં શીળસ માટેનો પ્રથમ ઉપચાર છે.

કડું, જીરૂ, ગોખરૂ, ગેરૂ, સાટોડી વગેરે ઔષધો લેવાથી શીળસ મટે છે. કાળીજીરીનું બારીક ચૂર્ણ કરી દિવસમાં ચાર વખત બબ્બે આનીભાર સાકરના પાણી સાથે લેવાથી દૂર થાય છે. ઘણી વખત શરીર પર ગરમ રાખ ચોપડવાની

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પ્રથા, ગરમ ધાબળાઓ ઓઢી રાખવાની પ્રથા, નાસ લેવાની પ્રથા જૂના લોકો પાસેથી મળી આવે છે.

અનિદ્રા

માનસિક રોગોના અનેક પ્રકારોમાં અનિદ્રાના રોગનું અતિ મોટું સ્થાન છે. અનિદ્રાનો જન્મ અનેકવિધ માનસિક કારણોમાંથી થાય છે અને સાથે સાથે શારીરીક કારણો જ્યારે મન પર અસર કરે છે ત્યારે તે બધાંજ કારણો એકત્ર થઈને અનિદ્રાને પૂર્ણપણે ઉપસ્થિત કરે છે. ટુંકમાં અનિદ્રાને માટે શારીરિક અને માનસિક બંન્ને પ્રકારના કારણો જવાબદાર હોય છે.

માનવીના શરીરની લગભગ તમામ મુખ્ય રક્તવાહિની પર અસર થવાથી અનિદ્રાનો રોગ જાગૃત થાય છે પણ મન પરની ચિંતા અને બુદ્ધિભ્રમ એ બે વસ્તુઓ અનિદ્રાનાઓ મુખ્ય આવાહક છે મગજ પરની ચિંતા જો કોઇ પણ કારણો-સર મન પર અસર કરી રહે તો દિવસો અને રાતે માનવીએ અનિદ્રામાં પસાર કરવી પડે આ જાતની મનપર અસર કરનારી ચિંતાઓ નીચેનાકારણોમાથી ઉત્પન્ન થાય છે.

(૧) ધનનાશ

(૨) કુટુંબી જનોનું મૃત્યુ

(૩) મિત્રો અથવા કુટુંબીજનોનો ત્યાગ

(૪) પ્રેમમાં નિરાશા

(૫) અભ્યાસમાં અસફળતા કે નિરાશા

(૬) યશનો નાશ કે હાનિ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આ છ માનસિક કારણો ઉપરાંત શરીરમાં કોઈપણ રોગને કારણે અસહ્ય પીડા ઉત્પન્ન થાય ત્યારે તે પીડાનું માનસિક કારણો સાથે મિલન થઈને નિદ્રાનો નાશ થાય છે. આ સિવાય નાના નાના અનેક કારણો નિંદ્રાના નાશ માટે જવાબદાર હોય છે. અત્રે આપણે મુખ્ય છ કારણોની ચર્ચા કરશું.

ધનનાશ: પ્રથમ કારણ ધનનો નાશ થાય ત્યારે સૌથી પહેલાં મન પરનો બોજો એક પછી એક મનમાં ઘોળાતા વિચારોને કારણે એટલો બધો વધવા માંડે છે કે મનમાં વેગ સાથે લોહીના હેરફેરનો વેગ વધી જાય છે અને પરિણામે તમામ રક્તવાહિનીઓ એ વેગને સહન ન કરી શકવાથી અતિ શ્રમિત થઈ જાય છે અને નિદ્રાને સંકેત આપનાર સંકેતવાહિની સંકેત આપવા નિર્બળ બને છે. પરિણામે નિદ્રાનો નાશ થાય છે.

આ પરિસ્થિતી થોડો લાંબો સમય ચાલે તો સંકેત-વાહિની વધારે ખરાબ બની એ જાતની આદતમાં પડે છે અને પછી તો માનસિક બોજો હળવો બને તો પણ સંકેતવાહિનીને પડેલી ટેવ છૂટતી નથી. આ સંજોગોમાં રોગી અનિંદ્રાના રોગથી પીડાઇ ઘણી વખત મૃત્યુનો ભોગ પણ બને છે.

કુટુંબીજનનું મૃત્યુ: કુટુંબીજનોના મૃત્યુના સમાચાર એ ઇન્દ્રિયોને મુશ્કેલ પડે છે. શ્રવણેન્દ્રિય (Olfactory nerve) અને દર્શનેન્દ્રિય (Optic nerve) આ બન્ને ઈન્દ્રિયો પોતાપોતાનું કાર્ય કરતી બંધ થઇ જાય છે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઘણી વખત એક અથવા ઘણી વખત બન્ને સાથે કાર્ય કરતી અટકે છે. આને કારણે નિંદ્રાદેવી પર સંકેતવાહિનીને અધિકાર તે સંકેતવાહિનીના મૂળમાં જોડાયેલું હોવાથી ઘણી વખત ઓછો કરે છે અને ઘણી વખત છીનવી લે છે.

<u>મત્રો કે કુટુંબીજનોનો ત્યાગ</u>: જ્યારે કોઈપણ વસ્તુ ત્યાગ કરવો પડે છે ત્યારે તેની સીધી અસર હૃદય પર થાય છે; હૃદય બળે છે અને હૃદયમાં એક વર્ષોનું દુઃખ હોય તેમ લાગ્યા કરે છે. તેની અસર મુખ્ય રક્તવાહિની Aorts પર થાય છે અને તેને લીધે હૃદય પર દબાણ અને તેવાં અનેક ઉપદ્રવો જામી નિદ્રાનો નાશ થાય છે.

<u>નિરાશા</u>: નાસીપાસ થવાથી છેક હૃદયથી માંડી મન પર સીધી જ અસર થાય છે અને નિદ્રાનો નાશ થાય છે. આથી શરીરની એકાદ ઇન્દ્રિયો પર અસર થઇ જાય છે. આને કારણે તમામ ઇન્દ્રિયો પોતાની ફરજ ભૂલી અનિદ્રા અને તેવાં અનેક દરદો ઉત્પન્ન થાય છે.

<u>અભ્યાસમાં નિરાશા</u>: આવી નિરાશાથી કાનના મર્મ-સ્થાનો પર પહેલી અસર થાય છે. તેથી Auditorynerve કાનની રક્તવાહિની પર તેની અસર પહોંચે છે. અને માનવી જાણે બહેરો અને ઘણી વખત મૂઢ બની ગયા જેવો થઇ જાય છે. તેને કશી વસ્તુની સમજણ રહેતી નથી. તે કાંઈ સાંભળી કે બોલી શકતો નથી, તેના મનમાં ચેન હોતું નથી અને તેની આંતરિક વૃતિઓ પર તેને એટલો ગુસ્સો હોય છે કે એ ક્રોધની જવાળામાં કોઈ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કોઇ વખવ આપઘાતકરી બેસે છે તો કોઇ વખત ગાંડો પણ બની જાય છે.

આવો દરદી કોઇ વખત દિવસો સુધી બોલ્યા ચાલ્યા અને ખાધાપિધા વગરનો બેસી રહે છે અને અનિદ્રાનો ભોગ બને છે આ કારણની અસરથી અનેક માનવીઓ પેટના દરદો, આંખના દરદો, વાઈ, ચકરી, પાંડુ અને કમળાના રોગના ભોગ થતા જાણવામાં આવ્યા છે. આ કારણની અસર વધારે તીવ્ર હોવાને કારણે ઘેરાં પરિણામ લાવે છે પણ તેની અસર લાંબો સમય રહેતી નથી એટલે એકાદ બે માસમાં પોતાના પરથી આફત ભૂલી જઈ માનવી મૂળ સ્થિતીમાં આવી જાય છે.

<u>યશનો નાશ કે હાનિ</u>: યશને દૂર જતો જોઈ તેને નજદીક લાવવા માનવી આકાશ પાતાલ એર કરે છે અને તેનો નાશ થતો જોઇ તેની સમગ્ર દુનિયા જાણે ભસ્મીભુત બને છે. માનવીની મનોસૃષ્ટિ તમામ પ્રકારના નુકશાનો સહન કરવાની શકિત ધરાવે છે પણ જ્યારે અપયશ નજીક આવે છે ત્યારે તે જોવાતું નથી અને તે આ જગ પર રહેવાને બદલે બીજા જગતની શોધમાં પડે છે. પોતાનો કોઇ ચહેરો ન જુએ તેવા પ્રયાસો તે કરે અને એટલે એવું વર્તન તે આચરેછે. ટૂંકમાં અપયશના ભાગી બનવાના ભણકારા વાગતાં જ તેનું મન મરી જાય છે અને પાંગળું બને છે.

તેના મનની વિચાર કરવાની શકિત હરાઇ જાય છે. મનની મુસાફરી કરવાની અગાધશકિત નાશ પામે છે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અને તેથી બુદ્ધિનો નાશ થાય છે. મન બુદ્ધિ અને હૃદયનું બનેલું હોઇ તેની અસર હૃદય પર પણ થાય છે એટલે હૃદયભંગ બની જણાય છે. મન, હૃદય અને બુદ્ધિની નિષ્ફળતાને કારણે બુદ્ધિના વશની તમામ ઇન્દ્રિયો નિષ્ફળતાને વરે છે અને પરિણામે માનવી અનિદ્રા અને તેવાં અનેક મોટાં દરદોનો મહિનાઓ અને વર્ષો સુધી ભોગ બને છે.

<u>ઉપચાર</u>: પહેલાં કારણથી ઉપસ્થિત થતી અનિદ્રામાં કેવળ માનવીનેજ જે આનંદકર વાતાવરણ અને પોતાના પર લદાયેલી ફરજો ભૂલી જવા માટે નિદ્રાકારી અને જ્ઞાનતંતુઓને કાબુમાં રાખનાર ઔષધો આપવા. ભાંગનું શરબત દરરોજ બપોરે આપવું અને શંખાવલીનો તાજો રસ તોલા બે સવારસાંજ મધ તોલા બે સાથે મેળવી આપવું અથવા તેનું ચૂર્ણ ૦। તોલો દિવસમાં ચાર વખત સાકરના પાણી સાથે બે માસ આપવું.

બીજા કારણનો ભોગ બનેલી વ્યકિતને ખૂબ રડવાં દેવી. અને પછી સંગીત અને ભજનની ધુન પર લઇ લઈ જવા પ્રયત્ન કરવો તેને એકલો રહેવા દેવો નહિં ઔષધમાં ખુરાસાની અજમો બે આનીભાર દિવસમા બે વખત સાકરના પાણી સાથે આપવો. અને ઠંડા પાણીથી દમ અને શરદીનો રોગી ન હોય તો સ્નાન કરાવવું. ઘી અને બદામનો મૂળ ઉપયોગ કરવો.

ત્રિજા કારણમાં મિત્રો કે કુટુંબી જનોના ત્યાગથી અનિદ્રાનો ભોગ બનેલી વ્યકિતને ખૂબ ચલાવવી, દોડાવવી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અને જ્ઞાનતંતુઓ થાકી જાય ત્યાં સુધી મહેનત કરાવવી.

તેને એકલો રહેવાં દેવો નહિં અને તેની વિચાર-સરણી બીજા રસ્તાપર ચઢાવવાની મહેનત કરવી. જટાંમાંસીનું ચૂર્ણ બે આનીભાર દિવસમાં બે વખત છાશ સાથે આપવું.

ચોથા પ્રકારના રોગીને એક જ વસ્તુ ઠસાવવા મહેનત કરવી. તેને સમજાવવું કે અપ્રાપ્ય વસ્તુને દૂર જતી સહન કરવામાંજ માનવીની તાકાત રહેલી છે અને તેજ કક્ષાને યોગ્ય છે. એવી જ વ્યકિત સાચો પ્રેમ જીતી શકે છે કારણ કે પ્રેમની ઉપાસના પાછળ ભોગ ન હોય તો પ્રેમ સોંઘો બને છે અને જીવનનો સંપૂર્ણ ભોગ આપ્યા પછી અંતરનો નિર્મળ પ્રેમ મળે તો માનવી પ્રેમમાં જીતી ગયો છે એ પ્રેમનું સારતત્વ છે. ભોગ વગરનો પ્રેમ ટુંકજીવી છે અને ખોટો છે જ્યારે ભોગ આપેલો પ્રેમ ચીરઃકાળ પર્યંત બન્નેના હ્રદયમાં વસે છે. આ રોગીને ગંધીલોવજ રતી ત્રણ, તિંદુક રતી બે, શંખાવલી રતી આઠ સાથે મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત સાકરના પાણી સાથે બે માસ સુધી આપવું.

અભ્યાસમાં નિરાશા પામેલી વ્યકિતને દુર એકલી જવા દેવી નહીં. રોગીને હવામાં ફેરવવો, રમતગમત સંગીત વીગેરેમાં ધ્યાન દોરવું, ઔષધોમાં તિંદુક રતી એક અને આમળાનો રસ તો. એક અથવા તે ન મળે તો તેનું ચૂર્ણ દિવસમાં બે વખત મધ સાથે આપવું. તેને કારણે બીજાં રોગો ઉત્પન્ન થયા હોય તો બીજી દવા કરવી,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

છઠ્ઠા કારણને લઇને થતી અસર લાંબો વખત રહે છે. તેની પાસે એક માણસ રાખી એકાંત સેવન કરાવવું, અને એકાગ્રતા કેળવવા માટેના ઉપચારો કરવા.

દવામા ગંધીલોવજ રતી ચાર, તિંદુક રતી એક, જટાંમાસી રતી બે, શંખાવલી રતી ત્રણ સાથે મેળવી સવારસાંજ બે વખત તે પ્રમાણે પાણી સાથે બે માસ સુધી લેવા. દરરોજ ૧૫ બદામનો શીરો સવારે આપવો. અને શારીરિક કસરતમાં ખોદવાનું કામ આપવું.

વીંછી

વીંછી કરડયો એ શરીરમાં કોઇપણ વિકારને કારણે થયેલું દરદથી પણ બહારથી આવેલો રોગ છે, આકરુડ અતિ વેદનાવાળો અને શરીરમાં ત્રાસ ઉપજાવનારો હોય છે. વીંછીના કરડવાથી ચોવીસ કલાક સુધી શરીરમાં અને ખાસ કરીને જે જગ્યાને વીંછીનો ડંખ હોય એ જગ્યાની આજુબાજુમાં પીડા રહે છે. વીંછી ઘણી વખત ચોવીસ કલાકથી પણ વધારે પીડાકારક રહ્યાના દાખલાઓ જોવામાં આવ્યા છે જે ભાગ પર તેનો ડંખ લાગે તે ભાગ પર થોડા કલાકો સુધી તો અસહ્ય વેદના હોય છે. કોઇ વીંછી વધારે ઝેરી હોય છે તો કોઇ ઓછો ઝેરી અને તેના ઝેર પ્રમાણે વેદના શરીરમાં થાય છે પણ વીંછીથી થતાં મૃત્યુના દાખલા બહુ ભાગ્યે જ થતાં જાણવામાં આવ્યા છે મોટે ભાગે વીંછી ચોમાસામાં ગંદી જગ્યાઓમાં ઘાસમાં અને જાનવરોના મળમૂત્રાદીની આસપાસ હોય છે,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

જે રોગને થવા માટે કારણ નથી, કેવળ ભૂલથી વીંછીની પાસે ઉભા રહેવાય અથવા તો ઉપર પગ આવી જાય એટલે એનો ડંખ લાગે એ રોગ કોઇ ખાનપાનના કારણો કે કુદરતી નિયમ વિરૂધ્ધના કારણને અંગે નથી તેના લક્ષણો પણ શરીરમાં અસહ્ય બળતરા, અને પીડા સિવાય બીજા કંઇપણ હોતા નથી.

ઉપચાર નં. ૧. : જે જગ્યાએ વીંછીનો ડંખ લાગ્યો હોય તે જગ્યા પર ફટકડી એક રતી આમલીનો ખાર રતી એક અને નવસાર રતી એક સાથે મેળવી તે પર પાણીનું એક ટીપું મૂકવાથી વીંછી ઉતરી જાય છે.

ઉપચાર ૨. : પોટાશ પરમેંગ્નેસ એક રતી આમલીનો ખાર જેને સાઇટ્રીકએસીડને નામે ઓળખવામાં આવે છે તે એક રતી સાથે મેળવી વીંછીના ડંખ પર મૂકી તે પર પાણીના બે ત્રણ ટીપાં મૂકવાથી વીંછી તરતજ ઉતરી જાય છે.

કાનનો દુઃખાવો

સાદા કાનના દુખાવા મોટે ભાગે શરદી, ગરમી અતિ લાગી જવાથી કે કાનમાં કોઈપણ જાતના ચેપના ફોલ્લાઓ થવાથી થાય છે. કાનનાં બીજાં મોટાં રોગો અનેક છે પણ આ જગ્યાએ કેવળ સાદા કાનના દુખાવા અને કાનની બહેરાશ પૂરતું જ લખશું.

લક્ષણો:—માથાનો દુખાવો જણાય, કોઈ વખત ધીરો તાવ પણ આવે, પણ ઘણી વખત લમણાં, ગરદન પકડાઇ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

રહે, કાનમાં ચસકા નાખે કાનથી બહાર ઘણી વખત સોજો આવે. કોઇ વખત ધીરો તાવ આવે, ઉંઘ આવતી નથી, ખાવા તરફ અભિરૂચી રહેતી નથી, કામમાં ચિત લાગે નહિ, ઘણી વખત તેને કારણે ગળામાં પણ દુખાવો થાય અને પાંસળાઓ સુધી દુખાવો જણાય, કાનના પડદાઓમાં સોજો આવ્યો હોય તો સાંભળવામાં મુશ્કેલી પડે, ઘણી વખત બહેરાશ પણ આવી જાય અને કાનમાં ફોલ્લી થઇ હોય તો દુખાવો જે રકતવાહિનીઓ પર ફોલ્લી થઇ થઇ હોય તો રકતવાહિની શરીરના જે બીજા વિભાગો-માંથી પસાર થાય તે લગભગ બધા વિભાગો પર જણાય.

કારણો :–શરદી, ઠંડી હવામાં ફરવું, ઠંડા પીણાઓ પીવા, ખટાશ ખાવી, અતિ ગરમીમાં ફરવું, શરીરમાં કોઇ ભાગમાં ચેપી રોગ થવો, માર લાગવો, કાનમાં પાક થવો, ઉપદંશ કે પ્રમેહ જેવા રોગો થવા, કાનમાં ખોટી દવાઓ નાખવી, કાન ખોતરવો.

ઉપચાર નં. ૧. : શરદીને કારણે દુખતા કાનનો ઉપચાર તલનું તેલ તોલો એક, લસણની કળી નંગ છ બન્ને સાથે કકડાવી તેલ ગાળી તેનાં ત્રણ ટીપાં કાનમાં નાખવાથી દુખાવો મટી જાય છે.

ઉપચાર નં. ૨. : તુલસીનો રસ કાનમાં નાખવાથી દુખાવો મટી જાય છે.

ઉપચાર નં. ૩. : સરસીયું તેલ તોલો એક, હિંગ એક આનીભાર સાથે કકડાવી, તેલ ગાળી કાનમાં ત્રણ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ટીપાં નાખવાથી દુખાવો મટી જાય છે.

કાનમાં ફોલ્લાં થાય ત્યારે

ઉપચાર નં. ૧. : ચંદનનું તેલ તોલો એક, જાઈના પાનનો રસ તોલા અરધો સાથે ઉકાળી તેમાંથી રસ બળી જાય ત્યારે તેલને ગાળીં કાનમાં થોડા ટીપાં પાડવાથી ફોલ્લાઓ દૂર થાય છે.

ઉપચાર નં. ૨. : લીંબોડીનું તેલ તોલા એક, સમદરશોષના પાનનો રસ તોલા એક, બન્ને સાથે ઉકાળી રસ બળી જાય ત્યારે ગાળી તેનાં થોડા ટીપાં કાનમાં નાખવાથી દુખાવો મટી જાય છે.

ગરમીને કારણે કાનનો દુખવો હોય ત્યારે

ઉપચાર ન. ૧. : સુખડના તેલના થોડા ટીપાં કાનમાં નાખવાથી દુખાવો બંધ થાય છે.

ઉપચાર નં. ૨. : અગરનું અત્તર કાનમાં નાખવાથી દુખાવો બંધ થાય છે.

ઉપચાર નં. ૨. : ગુલાબનું અત્તર કાનમાં નાખવાથી દુખાવો બંધ થાય છે.

કાનપર સોજા આવે ત્યારે

ઉપચાર નં. ૧. : બહારના ભાગમાં સૂંઠ અને કાળીજીરી સરખે ભાગે વાટી તેમાં ગરમ પાણી ઉમેરી કાનની આસપાસ લેપ કરવાથી દુખાવો ઓછો થાય છે અને કાનમાં સરસીયું તેલ તોલો એક, ચંદનનું તેલ તોલો એક, તુલસીનો રસ તોલો એક સાથે મેળવી તેમાંથી થોડા

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ટીપાં કાનમ નાખવાથી આરામ જણાય છે.

બહેરાપણું

<u>ઉપચાર નં. ૧.</u>: માલકાંગણાનું તેલ તોલો એક, ચંદનનું તેલ તોલો એક સાથે મેળવી તેનાં ટીપાં કાનમાં નિયમિત નાખવાથી બહેરાશ ઓછી થાય છે.

<u>ઉપચાર નં. ૨</u>:–સરસીયું તોલા ૨, અકકલકરો તોલો અરધો, બંને સાથે ઉકાળી તેલ ગાળી તેમાંથી થોડા ટીપાં દરરોજ રાત્રે નાખવાથી બહેરાશ ઓછી થાય છે.

<u>ઉપચાર નં. ૩</u>:–સુખડનું તેલ તોલા પાંચ, ભૈરવશીંગ તોલો એક, બન્ને સાથે ઉકાળી તેલ ગાળી તેમાંથી બબ્બે ટીપાં કાનમાં નાખવાથી બહેરાશ ઓછી થાય છે.

સૂચના:–બહેરાશવાળા દરદીએ ઠંડીમાં ફરવું નહી. ખટાશ ખાવી નહી અને શરદીથી દુર રહેવું.

આંખ આવવી

અનેક આજુબાજુના વાતાવરણોને કારણે, પેટમાં બાદીને કારણે અથવા શરીરમાં બીજારોગોને કારણે જ્યારે આંખ લાલ થાય ત્યારે આપણે આંખ આવી છે એમ કહીએ છીએ. આંખ શરદી અન ગરમી બન્નેથી આવતી હોય છે પણ મોટે ભાગે ગરમી એનું મુખ્ય કારણ છે. આ રોગ બાળકોમાં ઘણેાં પ્રચલિત હોય છે કારણ કે બાળકોની આંખો સૂર્યના ભયંકર તાપથી ટેવાયેલી હોતી નથી એટલે એ રોગ બાળકોમાં વધારે પ્રચલીત છે. આંખની કીકીના આજુબાજુનો ભાગ અને ખાસ કરીને પોપચાઓ જ્યારે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

લાલ થઇ જાય ત્યારે આપણે તેને આંખ આવવીના નામથી ઓળખીએ છીએ.

લક્ષણો : આંખ લાલ થતી જાય છે, આંખના પોપચાઓ સૂજી જાય છે, આંખમાં સખત પીડા થાય છે, અવારનવાર અથવા તો મોટે ભાગે સૂઇને ઉઠતાં આંખ ચોંટી જાય છે, જોવામાં આંખને તકલીફ પડે છે, ઊંઘ આવતી નથી, ઘણી વખત સાથે માથાનો દુખાવો પણ હોય છે, આંખમાંથી પાણી ચાલ્યા જાય છે, ચીપડાઓ વળે છે અને બેચેની જણાય છે.

કારણો : અતિ ગરમીથી, આંખમાં ધુળ ઉડવાથી, અતિ શરદીથી, બીજાઓની આંખના ચેપથી, ચેપી દર્દોથી, પેટમાં સખત બાદીથી, ઘણી વખત ગર્ભાશયના રોગોથી, લોહીનું દબાણ રહેવાથી, ભઠ્ઠી પાસે આખો વખત કામ કરવાથી, લાગી જવાથી, આંખમાં કણું પડવાથી.

ઉપચાર નં. ૧ : ચિમેડનું ભોણ બનાવીને આંજવું. એ દેશી છતા સાદો અને સરલ ઉપાય છે. ચિમેડનું ભોણ ચિમેડને ફોલી તેના ફોતરા ફેંકી દેવા અને અંદરના બીજ વાટી તેમાં ચિમેડના બીજનો ૨૦ મો ભાગ મીઠું ઉમેરી નખવતી આંખનાં પોપચામાં મુકી આંખ બંધ કરી સુઇ રહેવું તેનું નામ ચિમેડનું ભોણ કહેવાય. આ ઉપરાંત હરડેનું ચુર્ણ રાત્રે ત્રણ દિવસ સુધી બબ્બે આનીભાર ગરમ પાણી સાથે લેવું ઘણું ફાયદાકારક થશે.

ઉપચાર નં. ૨ : વરસાદનું પાણી તોલા ૨, લીંબુનો રસ ટીપાં ૨૧, સાકર તોલો ૦૧ બધું સાથે મેળવી એક

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

એક બાટલીમાં ભરી રાખો અને તેમાંથી સવારસાંજ બબ્બે ટીપાં દરેક આંખમાં નાખો.

ઉપચાર નં. ૩: ગુલાબજળ તોલા ૨, ફટકડી રતી ૬ બંન્ને સાથે મેળવી તેનાં ટીપાં આંખમાં નાખવાથી આંખ સારી થાય છે.

ઉપચાર નં. ૪: આંખના પોપચા પર રાત્રે સૂતી વખતે રસાંજન ૧ આનીભાર, આમલી ૧ આનીભાર, અફીણ ૧ આનીભાર, ખૂબ ઘાટું લગાડી આંખ બંધ કરી સૂઈ જવુ. આ પ્રયોગ આંખની અંદર કરવો નહીં.

ઉપચાર નં. ૫: ગધેડીના દૂધના પોતા આંખ પર મુકવા.

ઉપચાર નં. ૬: ગુલાબજળ તોલા ૫, મોરથુથુ રતી ૦॥ સાથે મેળવી તેમાંથી બબ્બે ટીપાં રાત્રે આખમાં નાખવા.

ઉપચાર નં. ૭: ગરમીથી આંખો દુખતી હોય તો દરરોજ રાત્રે હરડે બે આનીભાર ગરમપાણી સાથે લેવી સલાહકારક છે અને શરદીથી દુખતી હોય ત્યારે આંખો પર અફીણના દોડાનો શેક હીતકર છે.

ખાંસી

મુખ્યત્વે ખાંસી બેજ પ્રકારની માનવામાં આવે છે, સુકી અને કફવાળી. પણ આયુર્વેદ ખાંસીના નવ પ્રકાર વર્ણવે છે. ખાંસીને કાસના નામથી પણ ઓળખવામાં આવે છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ખાસીનાં નવ પ્રકારો નીચે પ્રમાણે છે.

(૧) વાતકાસ

(૨) પિત્તકાસ

(૩) કફકાસ

(૪) રક્તકાસ

(૫) સન્નિપાતકાસ

(૬) વાતપિત્તકાસ

(૭) કફપિત્તકાસ

(૮) ક્ષયકાશ

(૯) ઉરઃક્ષતકાસ

<u>લક્ષણો</u>: પ્રકારો પ્રમાણે ક્રમવાર લક્ષણો આપવામાં આવ્યા છે.

(૧) વાયુની ખાંસીથી પાંસળીઓમાં પીડા થાય છે. ખાંસી ઘણી સખત આવે છે, ગળામાં સૂકા જેવો કફ ભરાય છે અને મોળ આવ્યા કરે છે. ઊંઘ આવતી નથી અને સ્વર ખોખરો થઇ જાય છે અને ઇન્દ્રિયોની શક્તિ ક્ષીણ થઇ જાય છે.

(૨) આ ખાંસીમાં ગળામાં સખત શોષ પડે છે. કોઇ વખત મૂર્છા પણ આવી જાય છે, તાવ આવી જાય છે સખત તરસ લાગે છે, ફેર આવે છે, અગન બળે છે અને ખાસ કરી ગળામાં અગન બળે તેમ જણાય છે. મોઢું તીખું થઇ જાઇ છે, માથામાં પીડા થાય છે, પીળા ગળફા પડે છે અને નખ અને આંખો પીળી જણાય છે.

(૩) ઉલટી થાય છે, શરીર જડ જેવું જણાય છે,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

શરીર પાંડુ જેવું ધોળું થઇ જાય છે, ખાંસીમાં જાડો બળખો પડે છે, સ્વર જાડો થાય છે, શરીર બેચેન બને છે, ખાવાની રૂચિ નાશ પામે છે.

(૪) ધાતુક્ષય થવાથી, ક્ષીણ બની જવાથી, અતિ શ્રમથી, છાતીમાં ક્ષત પડવાથી અતિ સંતાપ કરવાથી, રૂક્ષ ભોજનોથી અને પછડાવાથી આ ખાંસી થાય છે. આ ખાંસીમાં મોઢામાંથી અતિ વાસવાળો શ્વાસ આવે છે. છાતીમાંથી શૂળ નીકળે છે, ઉત્સાહ જણાતો નથી, ઇન્દ્રિયો તદ્દન ક્ષીણ બને છે, કફમાં લોહી પડે છે, બોલતાં ચાલતાં શ્વાસ ચઢે છે અને દર્દી સાધારણ રીતે પણ હાંફ્યાં કરે છે, કેફીની જેમ ઘેરાયેલો જણાય છે, મુર્છા અને તરસ અવાર-નવાર થાય છે અને નબળો પડી જાય છે.

(૫) ગળામાં દાહ થાય છે અને ગળામાં ખુજલી થતી હોય તેમ લાગે છે, શ્વાસ ચઢે છે, ઉલટી થાય છે, શોષ પડે છે, અરૂચિ પેદા થાય છે, માથામાં સખત ચસકા નીકળી પીડા થાય છે, શરીરે સોજો ચઢે છે. અને છાતીમાં પણ દરદ થાય છે. આ ખાંસીને ત્રિદોષકાસ પણ કહેવાય છે.

(૬) કુખમાં શુળ નીકળે છે, ઊંઘ આવતી નથી ગળામાં ખંજવાળ આવે છે, તરસ લાગે છે, ખાંસી સૂકી આવે છે તેમજ ક્યારેક છાતીમાં દુઃખાવો પણ ઉપડે છે.

(૭) ખાંસીમાં પીળો તથા રક્તવર્ણો કફ નીકળે છે, ધુમાડા જેવી મોઢામાંથી વાસ આવ્યા કરે અને કફ જલ્દી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પાકે નહીં તેમજ આંખો લાલ થઈ જાય છે અને બહુજ તરસ લાગે.

(૮) ક્ષયકાસમાં ક્ષય રોગોમાં વર્ણવેલા તમામ ચિન્હો જણાય પણ વજનનું ઘટવું અને પસીનો વળવો તથા ખાંસી થોડી થોડીઆવવી તે મુખ્ય લક્ષણો છે.

(૯) અતિશય સ્ત્રી સંગથી, વાગવાથી, મળમૂત્રનો અવરોધ કરવાથી, અતિ વજન ઉંચકવાથી, છાતીમાં ચાંદી પડે છે અને તેથી છાતીમાં પીડા થાય છે, લૂખી ઉધરસ આવે છે, કોઇ કોઇ વખતે ઉધરસ આવીને લોહી પડે છે, શરીર નબળું પડે છે અને કળે છે, શ્વાસ ચઢે છે, જીર્ણ જ્વર રહે છે સાંધા તૂટી શરીરમાં ભયંકર વેદના જણાય છે, શરીર કંપે છે, ચક્કર ચઢે છે, અને ક્યારેક મૂર્છીત થઇ જવાય છે.

આ ઉપરાંત પણ ખાંસીના પ્રકારો છે તે ઉંમર થતાં કુદરતીજ ક્ષીણ શરીરવાળાઓને થાય છે તેથી આ સાથેની નોંધમાં તેને સમાવેશ કર્યો નથી. તેને જરાકાશના નામથી ઓળખવામાં આવે છે.

વૃદ્ધાવસ્થામાં કફનો વધારો થવાથી કુદરતી રીતે ખાંસી થાય છે અને બીજું ક્ષીણ બાળકને થતી ખાંસી બાલકાસના નામથી ઓળખાય છે જે તેની ક્ષીણતા દૂર થતા દૂર થાય છે. તેથી તેનો પણ પ્રકાર આ સાથે નોંધવામાં આવ્યો નથી.

કારણો: ઉદાનવાયુ ઊંધી ગતી કરીને ઉપર ચઢે છે અને કફ તથા પ્રાણવાયુ સાથે મળીને બધે ફેલાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અને તે રીતે ઉદાનવાયુ લેાહીમાંથી પસાર થઇ કફ તથા વાયુને ઉત્પન્ન કરે છે અને તેથી જ તેનું નામ કાસ આપવામાં આવ્યું છે.

ઉડતી રજ ગળામાં જવાથી, ઘણું મેાટેથી હસવાથી, શ્વાસ રેાકવાથી, અતિ કસરતથી, છીંક અટકાવવાથી, લુખા ભેાજનેા લેવાથી, અન્ન શ્વાસનળીમાં જવાથી, અતિ ઠંડા પદાર્થોના સેવનથી, ઉજાગરાથી, દિવસે ઉંઘવાથી, અતિ દારૂ પીવાથી, અતિ તેલ, અતિ ખેાર ખાવાથી ઉધરસ થાય છે.

<u>વાતકાસનેા ઉપચાર</u> : ભારંગ તેાલેા એક, આદુ તેાલા બે, કાકડાશીંગ તેાલા અઢી, પીપર તેાલા ત્રણ, દ્રાક્ષ તેાલા ત્રણ, કચૂરેા તેાલા બે, આ બધાનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરવું અને તેમાં પાંચ તેાલા ગેાળ અને દશ તેાલા તેલ ઉમેરી ખરલ કરવું અને પહેાળા મેાઢાની બાટલીમાં ભરી રાખવું તેમાંથી ०। તેાલેા દરેક વખત દિવસમાં ત્રણ વખત લેવાથી આરામ થાય છે. સાથે જો બહુ શ્વાસ ચઢતેા હેાય તેા તેલ અને ગેાળ ઉમેરવા નહિં અને તેનાં બદલામાં સાકર મેળવીને લેવાથી શ્વાસ સહિતની ખાંસી નાશ પામે છે.

<u>પિતકાસનેા ઉપચાર</u> : દ્રાક્ષ (બીજ કાઢીને) તેાલા પાંચ, આમળાં (બીજ કાઢીને) તેાલા અઢી, કાયફળ તેાલા અઢી, પીપર તેાલા ચાર, બેાર (બીજ કાઢીને) તેાલા ત્રણ, ખજૂર (બીજ કાઢીને) તેાલા ચાર, એ બધાને સાથે મેળવી ખરલમાં ખૂબ ઘૂટવું અને તેનું ચાટણ બનાવવું. આ ચાટણમાંથી દિવસમાં ચારવખત એકક નાની ચમચી એક માસ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

નિયમિત લેવાથી આ રોગ નાબૂદ થશે.

કફકાસનો ઉપચાર: કાયફળ તોલા ચાર, પિત્તપાપડો તોલા અઢી, રોહીત ઘાસ તોલા અઢી, મોથ તોલા બે, ભારંગ તોલા અઢી, વજ તોલા ત્રણ, ધાણા તોલા ત્રણ, કાકડાશીંગી તોલા ચાર, દારૂહળદર તોલા બે, દેવદાર તોલા બે, સૂંઠ તોલા ચાર, આ બધાંને ખાંડી વસ્ત્રાગાળ ચૂર્ણ કરી અર્ધો રતલ મધમાં મેળવી અને ચાટણ જેવું બનાવવું તેમાંથી અર્ધી અર્ધી ચમચી દિવસમાં ચાર વખત આદુના રસ સાથે લેવાથી આરામ થાય છે.

સન્નિપાત કાસનો ઉપચાર:-જીવક તોલા બે, રીંગણીના મૂળ તોલા અઢી, રીંગણીની છાલ તોલા અઢી, રીંગણીના પાન તોલા ચાલીસ, રીંગણીના ફુલ તોલા ૨૦, રીંગણીના ફળ તોલા સાંઠ એ બધાંને ઘીમાં શેકી નાખવું અને પછી ષડકચુરો તોલા બે, વાવડીંગ તોલા બે, રૂષભક તોલા અઢી, લીલીચા તોલા ત્રણ, ચિત્રો તોલા ચાર, સૂંઠ તોલા પાંચ, પીપર તોલા છ, મરી તોલા સાત, હરડે તોલા આઠ, દાડમ તોલા નવ, ક્ષુદ્રમરડાશીંગી તોલા ૬, જવખાર તોલા પાંચ, પુષ્કરમૂળ તોલા ચાર, ધમાસો તોલા ત્રણ, કાળીજીરી તોલા ૨, દ્રાક્ષ તોલો ૧, ભોરીંગણી તોલા અઢી, અમલવેતસ તોલા ત્રણ, રાસ્ના તોલા સાડાત્રણ, ગોખરૂ તોલા ચાર, કાકડાશીંગી તોલા સાડાચાર, દેવદાર તોલા બે અને આ બધી ઔષધિથી ચારગણુ પાણી નાખી તેનોકવાથ કરવો અને ચોથા ભાગનું પાણી બાકી રહે ત્યારે તેમાં ઘીમાં શેકેલું રીંગણાનું પંચાગ નાંખી ઘી જેવું બનાવી નાખવું અને પાણી બળી જાય ત્યાંસુધી પરિપકવ કરવું. તે ઘી અરધો તોલો દરેક વખત દિવસમાં

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

છ વખત લેવાથી આ રોગનો નાશ થાય છે.

રક્તકાસનો ઉપચાર : સૂવા તોલા ચાર, શતાવરી તોલા પાંચ, કાકડાંશીંગ તોલા ચાર, દ્રાક્ષ (બીજ કાઢીને) તોલા પાંચ, લાખ તોલા ચાર, જેઠીમધ તોલા પાંચ, વંશલોચન રતલ એક, સાકર રતલ બે, એ બધું સાથે મેળવી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી દિવસમાં ચાર વખત આઠ આઠ રતી મધ સાથે મેળવી આપવાથી દોઢ માસમાં આ રોગનો નાશ થાય છે.

વાતપિત્તકાસનો ઉપચાર: સૂંઠ તોલા બે, ભારંગ તોલો એક, રાસ્ના તોલા બે, મોથ તોલો એક, પીપર તોલા બે, પૂષ્કરમૂળ તોલો એક, દેવદાર તોલા બે, કાકડા-શીંગી તોલો એક, બલબીજ તોલા બે, રીંગણી તોલા અઢી, જેઠીમધ તોલા અઢી, અરડૂસો તોલા ત્રણ, ઉપલેટ તોલા બે, લીમડો તોલા બે, દ્રાક્ષ તોલા બે, એ બધું સાથે મેળવી તેનું ચૂર્ણ કરી બાર રતી દરેક વખતે મધ સાથે દિવસમાં ચાર વખત લેવાથી દોઢ માસમાં આરામ થશે.

કફપિત્તકાસનો ઉપચાર: ધાવડો તોલા અઢી, સાદડ તોલા અઢી, જાંબુડો તોલા અઢી, આંબો તોલા અઢી, કદંબ તોલા ચાર, મનશીલ તોલો, એક, હીરાકસી તોલા ચાર, અધકચરૂ વાટી તેમાંથી એક તોલો ઔષધ દશ તોલા પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાંથી બે ભાગ કરી દિવસમાં બે વખત સવારસાંજ બાવન દિવસ આપવું. દરરોજ આજ પ્રમાણે ઔષધ ઉકાળી લેવું.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ક્ષયકાસનો ઉપચાર : અરડૂસો તોલો ૩૦, ગૌમૂત્ર તોલા ૩૦, ઇંદ્રજવના છોડનું મૂળ તોલા ૧૦, બોરડીના પાન તોલા પાંચ, સરગવાના મૂળનો રસ તોલા ૨૦, બહેડાની છાલ તો. ૫, મરીનું ચૂર્ણ તોલા ૨, મનશીલ તો. પાંચ એ બધાને સાથે ખરલમાં ઘૂંટી તેમાં એક રતલ ગોળ અને એક રતલ ઘી નાખી પકાવવું અને જ્યારે એકદમ પાકુ ઘી બની જાય ત્યારે તેમાંથી અરધો તોલો સવારે, અરધો તોલો બપોરે અને અરધો સાંજે અને એક તોલો રાત્રે લેવાથી આ રોગ નાબુદ થાય છે.

ઊ:ક્ષતકાસનો ઉપચાર : તાલીસપત્ર તોલા બે, ત્રિફળાં તોલા પાંચ, દારૂહળદર તોલા અઢી, એલચી તોલા અઢી કાંગ તોલા બે, પીપરમૂળ તોલા ત્રણ, મોથ તોલા ત્રણ, ષડકચૂરો તોલા ત્રણ, નાગકેસર તોલા ત્રણ, લવીંગ તોલા બે, પીપર તોલા બે, બોર તોલા બે, ચવક તોલા અઢી, મૂળો તોલા ચાર, અતિવિષ તોલા ત્રણ, વીરણવાળો તોલા અઢી, કાકડાશીંગી તોલા અઢી, ઉપલેટ તોલા ત્રણ, કડા-છાલ તોલા અઢી, ચીત્રો તોલા અઢી, હળદર તોલા ચાર, અરડૂસો તોલા પાંચ, ગોખરૂં તોલા ત્રણ, કડુ તોલા બે, દાડમ તોલા અઢી, બીજોરાનો રસ તોલા ત્રણ, આમચૂર તોલા ત્રણ અને સાકર રતલ એક આ બધું સાથે ખાંડી, વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી દિવસમાં છ વખત બબ્બે આનીભાર માખણ અથવા મધ સાથે અઢી માસ લેવું.

જરાકાશનો ઉપચાર: વૃદ્ધાવસ્થાને કારણે થયેલી તેમજ બાલકાસ માટે નીચેનો ઉપચાર અણમોલ છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

જેઠીમધ તોલા અઢી, શેવન્તી તોલા ત્રણ, ગુલાબ તોલા ૩ા, હરણદોડી તોલા ત્રણ, લઘુહરણદોડી તોલા ત્રણ, ક્ષીરકાકોલી તોલા ચાર, કાકોલી તોલા ચાર, મેદા તોલા સાડાત્રણ, મહામેદા તોલા સાડાત્રણ, જીવક તોલા ત્રણ, રૂષભક તોલા ત્રણ, એ બધું સાથે મેળવી તેનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી વૃદ્ધોને બે આનીભાર દિવસમાં ચાર વખત મધ સાથે આપવું અને બાળકોને દિવસમાં બે વખત અરધી અરધી આનીભાર સાથે આપવું.

આયુર્વેદે કફ અને વાતપિત્તની ખાંસીમાં ધુમ્રપાનના ઉપચારો સૂચવ્યા છે પણ તે ધુમ્રપાન તમાકુનું નહિં પણ નીચે લખેલી ઔષધિઓનું મનશીલ તોલો એક, હીરાકસી તોલો એક, મરી તોલો એક, દેવદાર તોલો એક, ગંધક તોલો એક, લીમડાના પાન તોલો એક, નગોળ તોલો એક, તેલીઓ દેવદાર તોલો એક, મોરમાશી તોલો એક, ઘી તોલા પાંચ, ગોળ તોલા પાંચ એ બધું સાથે મેળવી આંકડાના પાનમાં વીંટી તેનું ધુમ્રપાન કરવાથી ઉધરસનો કફ બેસી સખત ઉધરસમાં આરામ મળે છે.

<u>સૂચના</u> : ઉધરસના તમામ પ્રકારના ખોરાકોમાં જુના ચોખા, ઘી અને સિંધાલૂણ, કળથી, મગ અને તુવરનું ઓસામણ, સુવા, તાંદળજો અને આસુંદરો ખાવા હિતકર છે. તેલ, દહીં અને ઠંડા પદાર્થોનું સેવન કદી પણ કરવું નહિં. દિવસે ઊંઘવું નહિ. દરેક જાતની ઉધરસમાં તળેલાં ખોરાકો ખાવા નહીં.

મેલેરીયા-શીતજ્વર

ઘેર ઘેર શીતજ્વરના ખાટલા ચોમાસાની ઋતુના

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આગમનની સાથે જ મંડાય છે મુખ્યત્વે પાણીમાં ભરવર સાદમાં કામ કરનાર લોકો આ રોગનો ભોગ થઈ પડે છે. વગર વરસાદે પણ આ રોગ કેટલી વખત આવી પડે છે. હિંદના ગામડામાં આ રોગ વધુ પ્રમાણમાં પ્રસર્યો છે. રોગના સક્રીય હુમલા સામેની સાવચેતીના અભાવમાંથી, અજ્ઞાનતાને કારણે આ રોગ વ્યાપક સ્વરૂપ ધારણ કરે છે.

આપણા દેશમાં દર વર્ષે લાખો માનવીઓ આ રોગને ભોગ બને છે એનું એનું કારણ તો અજ્ઞનતાજ છે.

પરદેશીઓ આ તાવને મેલેરીયા કહે છે. અહીં પણ એને મેલેરીયાના નામથી સંબોધવામાં આવે છે. આયુર્વેદ એને શીતજ્વર નામથી ઓળખે છે. શીતજ્વરનો હુમલો ઠંડી લાગીને તાવ આવવાથી થાય છે. અને એજ એનું મુખ્ય લક્ષણ છે. ઘણા લોકોનું એવું માનવું છે કે આ તાવ ખાસ કરી ભાદરવામાં જ આવે છે. પણ આ માન્યતા ભૂલભરેલી છે. અને આ તાવનો હુમલો કોઈપણ ઋતુમાં થાય છે. પણ એ વાત સાચી છે કે ભાદરવા મહીનામાં આ રોગના ભોગ ઘણા માનવીઓ થઇ પડે છે અને તેથી જ આવી માન્યતા રૂઢ બની છે.

<u>લક્ષણો</u>:-સખત ઠંડી ભરાઇ તાવ આવવો, લાલ આંખો થઈ જવી, માથુ દુખવું, પાણીનો શોષ પડવો, આખું શરીર તુટવું, પગની પીંડીમાં કળતર થવી, ઉલટી થવા જેવો ભાસ થવો, પીળો અને વાસવાળો પેશાબ થવો, અરૂચિ થવી, મોઢામાં વાસ આવવી.

<u>કારણો</u> : મચ્છર કરડવાનું કારણ એ ઘણું મહત્વનું

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કારણ છે ભાદરવા માસમાં આ રોગ વધારે થાય છે. કારણ કે ભાદરવા માસમાં મચ્છર વધુ પ્રમાણમાં થાય છે અને તેથી આ રોગનો ફેલાવો પણ વધુ પ્રમાણમાં થાય છે. પિત્તવાળા ખોરાકો, રાતના ઉજાગરાઓ અને ગંદી જગ્યામાં ફરવું, અંધારી જગ્યામાં રહેવું, ગંદવાડ, ઠંડા ખોરાકો ખાવા, વધારે પડતું ખાવું અને ઠંડા પીણા પીવા તથા તથા ઠંડીમાં ફરવું.

ઉપચાર : આ રોગના સૌથી પ્રથમ મૂલ્યવાન ઉપચાર ઉપવાસ કરવો અને જુલાબ લેવો તે છે. બીજા ઉપચાર તરીકે પાણીને ગરમ કરી પીવું, ચા, કોફી વીગેરે ગરમ પીણાંઓ જ પીવાનું ચાલુ રાખવું

આયુર્વેદે લગભગ ચોવીસ ઔષધો આ રોગ માટે સૂચવ્યા છે પણ અહી વધારે જાણીતા અને મળી શકે તેવાંજ ઔષધો સૂચવવામાં આવ્યા છે આ ઔષધોમાંથી બનતું સુદર્શન આપણને સહેલાઇથી પ્રાપ્ત થાય છે. પણ આજકાલ થઇ રહેલા તેના મોટા ઉપયોગને કારણે સાચી વસ્તુ નહિં મળવાથી સંપૂર્ણ ફાયદો મળી શકતો નથી.

ઉપચાર નં. ૨: મહાસુદર્શનચૂર્ણ, (ફાકી રૂપે) અર્ધો તોલો ગરમ પાણી સાથે સવારના તદ્દન નરણા, બપોરે અને રાત્રે લેવામાં આવે તો ત્રણ દિવસમાં મેલેરીયા દુર થાય છે.

ઉપચાર નં. ૨: લીમડો, કરિયાતુ અને લગભગ કડવાં ઔષધોની છાલનું ચૂર્ણ દિવસમાં ત્રણ વખત ગરમ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પાણી સાથે સુદર્શનની રીતે લેવામાં આવે તો મેલેરીયા દૂર થાય છે.

ઉપચાર નં. ૩: મેલેરીયાના રોગીએ સોનામુખી અથવા નસોતરના જુલાબ લેવો એ ખાસ સલાહભર્યું છે.

ઉપચાર નં. ૪. : આ ઉપચાર શીતજ્વર પર અચૂક છે. સાપસૂન તોલા પાંચ, વછનાગ (શુદ્ધ કરેલો) બે આનીભાર, કાંકચ તોલા ચાર, લવીંગ તોલા બે, તુલસી તોલા બે, સપ્તપર્ણ તોલા બે, બધું સાથે ખાંડી, વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી તેની પાણી નાખી ચણા જેવડી ગોળી બનાવવી અને બબ્બે ગોળી દિવસમાં ત્રણ વખત પાણી સાથે લેવી.

ઉપચાર નં. ૫. લોબાન તોલા પાંચ, ગોળ તોલા પાંચ બંને સાથે મેળવી ચણીયાં બોર જેવડી ગોળી બનાવી બબ્બે ગોળી દિવસમાં ત્રણ વખત પાણી સાથે લેવી.

પિશાચજ્વર—મેનીન જાઈટીસ

આ રોગ શરીરમાં રહેલા મર્મ પડોમાં સોજો આવવાથી થાય છે. આ મર્મ પડો મગજમાં અને શરીરના અન્ય ભાગોમાં હોય છે પણ મોટે ભાગે મગજના મર્મ પડો અને તેની આસપાસના મર્મ પડોમાં સોજો આવવાથી થાય છે. તેમાં ઘણી જુદી જુદી જાતીઓ છે અને એ બધી જાતીઓ મુખ્યત્વે શરીમાં મર્મ પડો પર કોઇપણ જાતના ઝેરી જંતુઓના આવરણને કારણે મર્મ પડો ખવાય છે, સૂજી જાય છે અથવા તેમાં ચાંદા પડે પડે છે અને આવા કારણો અંગે થતા મેનીનજાઇટીસના અંગ્રેજીમાં સાત

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પ્રકારો અને આપણે ત્યાં પાંચ પ્રકારો છે. આપણા પ્રકારો વાત, પિત, કફ, દ્વિદોષ અને ત્રિદોષ પિશાચજ્વર છે. જ્યારે અંગ્રેજીના પ્રકારો નીચે મુજબ છે.

(1) Meningococcal Meningitis.
(2) Pneumococcal Meningitis.
(૩) Pyogenic meningitis
(૪) Tuberculous meningitis
)૫) Benign Lymphocytic meningitis
(૬) Syphilitic meningitis and
(૭) Other Forms ot meningitis,

આ સાત પ્રકારો આજકાલ ખૂબ પ્રમાણમાં જોવામાં આવે છે જ્યારે જુના સમયમાં આ પ્રકારો બહુ ઓછા હતા અને ઓછા સ્વરૂપે પણ હતા એ સમયમાં આ રોગ માટેના ઉપચારોમાં મુખ્યત્વે મંત્ર તંત્રના ઉપચારો યોજવામાં આવતા હતા કારણ કે કોઇ રાક્ષસ શરીરમાં પ્રવેશ્યો છે એમ એ સમયના લોકો માનતા હતા એ રોગરૂપી રાક્ષસને દુર કરવા માટે એ સમયેપણ મંત્રતંત્ર ઉપરાંત ઔષધોપચાર હતા.

આ બધા પ્રકારોના કારણો અને લક્ષણો સાધારણ રીતે જાણવા મુશ્કેલ હોવાથી પ્રાથમિક ઓળખાણ અને પ્રાથમિક સારવાર પૂરતુ આપણે પ્રકારોની વિભિન્નતા પાડયા વગર કેવળ પિશાચ જવરનાજ કારણો અને લક્ષણો આપશું.

<u>લક્ષણો</u>: ખૂબ ઊંચો તાવ લગભગ ૧૦૪ થી ૧૦૬ અને ૧૦૭ વચ્ચે, અવારનવાર રોગીનું બેભાન થવું, ઘણી વખત બૂમો પાડવી, હાથપગનું કળવું, ભૂખ અને તરસ તરફ અરૂચિ રહેલી, ઘણી વખત માથાના દુખાવાની ફરીયાદ,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઘણી વખત વાંસાના દુખાવાની અને ઘણીવખત ગરદનાં દુખાવાની ફરીયાદ રોગી કરે છે.

કારણો: ઘણા ઊંચાં તાવને કારણે, જૂની શરદી અથવા ચેપી હવામાનમાંથી આવતી શરદીને કારણે, ચેપી જંતુઓનું મગજમાં પહોંચવું, જ્ઞાનતંતુઓ પર ત્રિદોષ જેવા જ્વરોનો હુમલો થવો અને ઝેરી પ્રવાહીઓ એકઠાં થઇ મજ્જાતંતુઓને નુંકશાન પહોંચાડવું.

ઉપચાર: માથાપર ચંદનનો લેપ, પેટપર માટીનો લેપ અને ધાણ્યાદિકવાથ પ્રવાહી ડ્રામ બે, ચંદનાદીકવાથ પ્રવાહી ડ્રામ બે, વાયુવરણાદીકવાથ પ્રવારી ડ્રામ બે, અભ્યાદીકવાથ પ્રવાહી ડ્રામ બે, સંચળ ડ્રામ બે બધુ સાથે મેળવી તેનો એક ભાગ બનાવી દિવસમાં ચાર વખત ચાર ચાર કલાકને અંતરે લેવા અને તાવ ૧૦૫° થી વધે તો સ્થાનિક તબીબની સલાહ લેવી. (કવાથ માટે પરિશિષ્ટમાં જોઇ લ્યો).

સૂચના: પ્રવાહી સવાય કંઇ ખોરાક આપવો નહીં.

ઈનફ્લ્યુએન્ઝા

હવામાનમાં ઓચિંતા ફેરફારનો થવાથી ઈન્ફ્લ્યુએન્ઝા નામનો રોગ થાય છે. આ રોગ ચેપી છે એટલે એક સ્થળે તે થયો હોય તો આજુબાજુમાં પણ તે બહુ જ ઝડપથી ફેલાઇ જાય છે અને માનવીને સાવ અશક્ત બનાવી મૂકે છે. આ રોગમાં જો બેદરકારી રાખવામાં

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આવે તો માનવી ન્યુમોનીયા સંધિવા, લકવો, પોલિયો સસણી, દમ, ડબલન્યુમોનીયા જેવા ભયંકર રોગનો ભોગ થઈ પડે છે. એટલે શરૂઆતમાં જ જો સાવચેતી લેવાય તો રોગને આગળ જઈ ભયંકર સ્વરૂપ ધારણ કરતો અટકાવી શકાય.

શરૂઆતમાં જ જ્યારે સહેજ સહેજ શરદી જણાય કે તાત્કાલીક ઉપાય યોજવા અને એ ફરી ન થાય તે માટે ઉપાયો યોજી લેવા અત્યંત જરૂરી છે.

લક્ષણો: આ રોગના પ્રારંભમા કોઇ વખત બહારથી શરદી હોય છે તો કોઇ વખત ગળુ પકડાય છે અને કોઇ વખત ગળુ ન પણ પકડાય, શરૂઆતમાં તાવ જણાય નહી અને ત્રણ પાંચ અથવા આઠ દિવસ પછી જણાય પણ ખરો, બેચેની લાગે અને ખાવા તરફ અરૂચિ લાગે, શરીર તૂટે, કોઈ વખત કોઇ અંગ જકડાઇ જાય, ઘણી વખત ઉલટી જેવું લાગે અને પડયા રહેવું ગમે, ઊંઘ ન આવે અને ઘણી વખત ઊંઘ ખૂબ જ આવે.

છાતી પર ખૂબ ભાર મૂકયો હોય તેવું જણાય આંખ લાલ જણાય અને કોઇ વખત ન પણ જણાય ઘણી આંખ ફરી પણ જાય છે, નાકમાંથી પાણી જેવું પ્રવાહી કોઇ વખત ન પણ જણાય, માથુ સખત દુખે અને ઘણી વખત આ રોગ અંદર હશે એમ ખબર પણ ન પડે, ઘણી વખત હાથપગ સખત તૂટે, દર્દીની ભૂખ તદન મરી જાય અને છાતીમાં ખૂબ કફ ભરાયો હોય એમ કેટલીક વખત લાગે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અંદર શરદી હોય અને બહાર ન જણાય ત્યારે થોડા કલાક પહેલાં સારી રીતે ફરતો માનવી પણ ઓચિંતો જ આ દરદનો ભોગ થઈ પડે છે. તાવ ચઢે તો ખૂબજ ઝડપથી ચઢે છે અને કોઇ વખત ઠંડી પણ વાય છે. કોઇ વખત ગળાની અંદરનો ભાગ લાલ થઈ જાય છે, કોઈક વખત દરદીને શ્વાસ લેવામાં પણ મુશ્કેલી પડે છે. આ રોગમાંથી ટાઇફોઇડ થવાનો પૂરો સંભવ રહે છે. કોઈ વખત ૨૦ કે ૪૮ કલાક કે તેથી ઓછા સમયમાં પણ આ દરદ હુમલો કરી બેસે છે જેની દરથીને બીલકુલ ખબર હોતી નથી અને એક વખત હુમલો થયા પછી કોઈને કોઈ ચિન્હો જણાવા માડે છે.

કારણો: ઓચિંતુ બદલાતું હવામાન, ખૂબ શરદીમાં ફરવું, શરદી થઇ હોય ત્યારે તે તરફ બેધ્યાન રહેવું, ઠંડા પીણા, આઇસક્રીમ, ઠંડા ખોરાકો, અંધારી જગ્યામાં રહેવું, ભેજવાળી જગ્યામાં રહેવું, ગટરની આસપાસમાં રહેવું, ચેપદ્વારા પણ આ રોગ ફેલાય છે.

ઉપચાર: સૌથી સાદો તથા ઘણો જ ઉપયોગી ઉપચાર આ રોગમાં તાપ, શેક અને નાસ છે. આખો દિવસ સગડીથી ગરમ વાતાવરણ રાખવું, ઈંટ અથવા થેલીનો શેક લગભગ ચાલુ રાખવો અને સવારસાંજ ફુદીનો અગર ફુબો, લીલીચા, તુલસી, કપૂર, ઈજમીટના ફુલ વગેરેમાંથી કોઇપણ એક વસ્તુનો ગરમ પાણીમાં નાખીને નાસ લેવો, તેમજ આદુ, તુલસી, મરી, સૂંઠ, તજ, પીપીર, ફુદીનો વગેરેના ઉકાળાનું સેવન કરવું.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કાંદાના રસનું આખા શરીરે માલીસ ઘણુંજ ઉપયોગી નીવડે છે. કપૂર તોલો એક, ઇજમીંટના ફુલ તોલો એક, અજમાના ફુલ તોલો એક સાથે મેળવી તેને સૂર્યના તાપમાં રાખો અગર સગડીની બાજુમાં રાખો એટલે તે પ્રવાહી બનશે અને તે પ્રવાહીનું આખા શરીરે માલીસ કરો તથા તેમાંથી બબ્બે ટીપાં પાણીમાં નાંખી દિવસમાં ત્રણ વખત લેતા રહો. તાવ હોય ત્યારે એક જુલાબ અને ન હોય તો પણ એક જુલાબ લેવો ઘણો જરૂરી છે.

ઇશ્વરમૂળ બે આનીભાર, અશેરીયો અરધો તોલો સાજીખાર અરધો તોલો, અજમો અરધો તોલો, સાત્વન બે આનીભાર, તુલસી ૦। તોલો, પાણી તોલા દસ, બધું ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે તે ગાળી તેના બે ભાગ કરી સવારસાંજ આપવાથી આરામ થશે. આ ઉપચાર શકય ન હોય ત્યારે એથી આગળ આપેલા ઉપચારો પણ ફાયદાકારક નીવડશે.

<u>સુચના</u> : ખોરાકમાં છાશ ખટાશથી દૂર રહેવું અને પ્રવાહી ખોરાકો લેવા, ઠંડા ખાણાપીણાથી દૂર રહેવું અને ઠંડીમાં ફરવું બંધ કરવું. બિછાનામાં સુઇ રહેવું અને બને તેટલો આરામ લેવો.

ન્યુમોનિયા—ત્રિદોષજ્વર

મૂળ ન્યુમોનીયા બે જાતના છે. અંગ્રેજીમાં તેને Lobar Pneumonia અને Broncho Pneumonia ને નામે ઓળખવામાં આવે છે. આ બન્ને જાતોમાં પહેલી જાત ફેફસાની બન્ને બાજુમાં પણ થાય છે જેને આપણે

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઘણી વખત ડબલ ન્યુમોનીઆ તરીકે ઓળખીએ છીએ. મોટે ભાગે ચેપી શરદીમાંથી કફ બની ફેફસાની એક અથવા બન્ને બાજુમાં કફચેપી બની ત્યાં સોજો થાય છે તેને ન્યુમોનિયા કહેવાય છે. તેને ચાર પગથીયામાં વહેંચી નાખવામાં આવ્યો છે પણ આપણે તો અહીં મુખ્ય ન્યુમોનીયા તરીકેના લક્ષણો કારણો, સારવાર અને તેમાં થતા બીજા રોગો સંબંધી હકીકતની વાત કરીશું.

Lobar Pneumonia એટલે ફેફસાના પડોમાં થતો ન્યુમોનીયા, જ્યારે Broncho ન્યુમોનીયા સસણીયો ન્યુમોનિયા તરીકે ઓળખાય છે.

<u>ફેફસાનાં પડોમાં થતા ન્યુમોનીયાના લક્ષણો</u>: આ ન્યુમોનીયામાં ઠંડી લાગી ને તાવ આવે છે પણ કોઇ વખત એકાદ વખતજ ઠંડી આવે છે જ્યારે કોઈ વખત અનેક વખત ઠંડી આવી તાવ ભરાય છે અને તાવ એક સાથે ઘણો વધે છે. પેટમાં દુખાવો થાય છે અને મોટે ભાગે ૧૦૩° થી ૧૦૪° જેટલો તાવ રહે છે. શરૂઆતમાં ૧૦૫° થી ૧૦૬° સુધી પણ કોઈ કોઇ રોગીઓને જતો જાણવામાં આવ્યો છે. નાડી અને શ્વાસોશ્વાસ વચ્ચે ઘણો તફાવત રહે છે. મોટે ભાગે શ્વાસોચ્શ્વાસ મિનિટના ૩૦ થી ૭૦ સુધી હોય જ્યારે નાડી કેવળ ૧૧૦ અને નમ્ર જણાય છે, કફ ઘણી વખત દેખાતો નથી, અને ઘણી વખત દેખાય છે પણ વાસવાળો હોય છે, ચહેરો ઉતરી ગયેલો લાગે છે, આંખોની કીકી જરા ફુલેલી લાગે છે અને ચહેરાની આજુબાજુ લાલ અને કાળી ઝાંઇ દેખાય છે. ઘણી વખત બરોળ પણ વધેલી દેખાય છે, પિશાબ પીળો,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વાસવાળો હોય છે અને પિશાબમાં બીજી ઘણી વસ્તુઓ જોવામાં આવે છે, જીભ સૂકી અને ભૂરા રંગની જણાય છે, ઘણી વખત તેમાંથી ટાઈફોઈડ થાય છે અને તે રોગી માટે ઘાતક નીકળે છે.

કારણો : જુની શરદી, પવનમાં રહેવું, વરસાદમાં ફરવું, ગેસ અને ખાસ કરીને ઉત્તેજક ગેસવાળી હવામાં રહેવું. ઘણી વખત ચેપથી થવો.

ઉપચાર : અળશીનો શેક ચોવીસ કલાક અને ત્રિપૂર-ભૈરવ રસ રતી એક, ટંકણખાર રતી એક, પીપર રતી બે, આનંદભૈરવ રતી બે, બધું સાથે મેળવી તેવાં ચાર પડીકાં બનાવી દિવસમાં ચાર વખત ચાર ચાર કલાકના અંતરે ગરમ પાણી સાથે લેવાં.

સુચના ; આ રોગ દરમ્યાન તુલસીની ચા, કોફી અને અશેળીયાની રાબ સિવાય કશો જ ખોરાક લેવો નહીં અને બિછાનામાં સુઇ રહેવું.

સસણીયા ન્યુમોનીયાના લક્ષણો : આના બે પ્રકાર છે. પહેલાં પ્રકારમાં તેનો તાવ એકદમ સાથે જોરથી આવે છે. જ્યારે બીજા પ્રકારમાં પહેલાં શરદીનાં લક્ષણો જણાયા પછી જ તાવ ચઢે છે અને પછી પણ ધીરે ધીરે વધારે ઓછો થયા કરે છે, કોઇ કોઇ વખત કફમાં લોહી પણ પડે છે. નાડીની ગતી ધીરી હોય છે, શ્વાસોચ્છ્વાસ વધારે હોય છે અને ઘણી વખત ઘણી જ વધારે હોય છે, આરોગની મોટી મુશ્કેલી તેમાથી નિપજતાં બીજાં રોગોને કારણે વધારે હોય છે, હૃદયનો હુમલો,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઝેરી ચેપ વગેરે આ રોગમાં ઘાતક નીવડે છે.

કારણો : મોટે ભાગે ઈન્ફ્લ્યુએન્ઝા, ડીપ્થેરીયા, મોટી ઉધરસ અને ઓરીમાંથી આ રોગ જન્મે છે. ઘણી વખત તે ખોરાકમાંથી પણ આવે છે, મોટે ભાગે તે પાંચથી દસ વર્ષના બાળકોમાં જોવામાં આવે છે, સુકતાન, ઝાડા અને ઓછું પોષણ એ પણ આ રોગના કારણોમાંના એક છે. શરદી કે હવામાં ફરવું એ પણ રોગને લાવવા માટે કારણભૂત બને છે.

ઉપચાર : અળશીનો શેક ચોવીસ કલાક અને ગરમ હવામાન એ પ્રથમ જરૂરીયાતની વસ્તુઓ છે.

જેઠીમધ બે આનીભાર, અશેળીયો બે આનીભાર, ભોરીંગણી બે આનીભાર, કઠ બે આનીભાર, તુલસી બે આનીભાર, કરીયાતું બે આનીભાર, મરી બે આનીભાર, સંચળ અરધો તોલો, સાજીખાર અરધો તોલો, પાણી તોલા દશમાં ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ આપો.

સુચના : આ રોગ દરમ્યાન તુલસીની ચા, કોફી અને અશેળીયાની રાબ સિવાય કશો જ ખોરાક લેવો નહિં. બિછાનામાં સુઈ રહેવું.

કમળો

કમળો ખાસ કરી લોહીમાં ફરતાં પિત્તતત્વો કે જેથી ચામડી અને આંખ કાળી દેખાય છે તેને કહેવામાં આવે છે. આ પ્રમાણે યકૃતમાં પિત્તનું અટકી જવું અને

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તેનું લોહીમાં મિશ્રણ થવું બે જાતના મુખ્ય ચિન્હો દેખાડે છે. એક આંતરડામાંથી પિત્તનું અદ્રશ્ય થવું અને બીજું લોહીમાં પિત્તનું ફરવું. આંતરડામાં પિત્ત નહિં રહેવાથી તેમાં ચરબી ભરાય છે અને તે કારણે આંતરડાંની પાચન-શકિત ઓછી બની જાય છે, જ્ઞાનતંતુઓ અને ચરબીના તાંણાવાણાંઓ બન્ને ઝેરી અસર તળે આવે છે કારણ લોહીમાં પિત્ત ભળી જાય છે.

કમળાની ત્રણ જાતો નીચે મુજબ છે.

(૧) યકૃતરૂંધક કમળો

(૨) ચેપવાળો અને ઝેરી યકૃત કમળો

(૩) રકતકણનશક કમળો.

<u>લક્ષણો</u> : પહેલાં પ્રકારમાં ચામડી સૂકી થઈ જાય છે, આંખ દુખવા આવે છે, ચામડીનો રંગ પીળો પડી જાય છે અને પાછળથી ઘાટો લીલા કાળા જેવો દેખાય છે. પરસેવા અને મૂત્રનો રંગ પીળો દેખાય છે. પછીથી પેશાબનો રંગ પીળાસાંથી લીલો અને ભૂરો થઇ જાય છે. ઘણી વખત બધી વસ્તુઓ પણ પીળી જોવામાં આવે છે. પેટમાં વાયુ અને આસ થાય છે. ઉલટી થવા જેવો ભાસ થાય છે. બાદી રહે છે તથા ઘણી વખત ઝાડા થાય છે. ઝાડા પીળા તથા ચરબીવાળા હોય છે. નાંડીની ગતિ ઘણી વખત ચાલીસ સુધી પહોંચી જાય છે, ઘણી વખત થુંકમાં લોહી પડે છે. મગજ પર સખત દબાણ હોય તેમ લાગ્યા કરે છે અને કોઈ કોઈ વખત તેમાંથી (ટાઇફોઈડ) ત્રિદોષ પણ થઇ જાય છે. કેટલીક

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વખત ચામડી પર ખજવાળ આવે છે.

બીજા પ્રકારમાં કોઇ કોઇ વખત લોહીની ઉલટી, કોઇ વખત તાવ આવવો, તો કોઇ વખત ઠંડી લાગીને તાવ આવવો અથવા કોઇ વખત એકાંતરીયા જેવો તાવ આવવો એ મુખ્ય લક્ષણો છે.

ત્રીજા પ્રકારમાં ઘણી વખત બરોળમાંથી લોહીના જંતુઓ નાશ પામી તેમ થાય છે. ઘણી વખત પાંડુમાંથી તે થાય છે. આવે વખતે શરીર ફીકકુ પડી જાય છે, પેટમાં દુઃખાવો થાય છે અને માથું સખત દુખતું હોય તેમ લાગ્યા કરે છે. લાલ રજકણો ઓછા થ ઃ છે ત્યારે માથું દુઃખે છે.

<u>પહેલા પ્રકારના કમળાનાં</u> <u>કારણો</u>: પિત્ત ગ્રંથિઓમાં બહારની વસ્તુઓનો અવરોધ થવાથી, પથરી, પાણી ભરાવું અને આંતરડાઓમાં બહારની ચીજો ભરાઇ રહેવી. હોજરીનો સોજો અથવા પિત્તગ્રંથિઓના નીચેના સોજાને લીધે, ગ્રંથિઓમાં કંઇ ભરાઇ રહેવાથી, ગ્રંથિઓમાં ગાંઠ થવાથી, યકૃતમાં ગાંઠ થઇ તેનું ગ્રંથિ પર દબાણ આવવાથી, પેટમાં ગ્રંથિઓના સોજાથી, પેટની ગાંઠથી, પાચક રસોની ગાંઠથી, મૂત્રપીંડમાં ગાંઠથી તથા ગર્ભાશય અગર મૂત્રાશયની ગાંઠથી આટલા કારણોથી યકૃતરૂંધક કમળો થાય છે.

<u>બીજા પ્રકારના કમળા</u> <u>નાં કારણો</u>: અવારનવાર શીતજ્વર થવાથી, પીળો તાવ આવવાથી, મુદતી તાવથી, ન્યુમોનીયામાંથી, ચેપી જંતુઓથી, ઝેરી, રસાયણિકતત્વો શરીરમાં દાખલ થવાથી (જેવા કે ફોસફરસ, સોમલ, પારો,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ક્લોરોફોર્મ, ઇથર, સર્પઝેર), ચેપી જંતુઓના શરીરમાં દાખલ થવાથી પણ ચેપવાળો અને ઝેરી યકૃત કમળો થાય છે.

ત્રીજા પ્રકારના કમળાનાં કારણો : બરોલનો પાંડુ થવાથી અને બીજી તમામ જાતોના પાંડુ થવાથી લોહીના જંતુઓ નાશ પામે છે અને પરિણામે આ જાતનો કમળો ઉદ્ભવે છે.

પહેલાં પ્રકારનો ઉપચાર : ઈન્દ્રામણા એક આનીભાર, સોનામુખી બે આનીભાર, જેઠીમધ એક આનીભાર સાથે મેળવી સવારસાંજ ગરમ પાણી સાથે લેવા. પેટ પર ગરમ પાણીનો શેક કરવો અને ખોરાકમાં છાશ, શેરડીનો રસ અને ચણાના રોટલા સિવાય કોઇ વસ્તુ ખાવી નહિં. ઘી, મલાઈ અને ચરબીવાળા પદાર્થોથી સદાય દૂર રહેવું.

બીજા પ્રકારનો ઉપચાર : સુદર્શનનો ઉકાળો તોલા બે, સોનામુખી તોલો ૦।, હરડે તોલો ૦। સાથે મેળવી સવારસાંજ લેવું તથા લીમડાની ગળો તોલા ૨ સવારસાંજ તાજી ચૂંસી જવી. ખોરાકમાં શેરડીનો રસ તથા મલાઇ વગરનું દૂધ લેવું. દૂધમાં લીંબુ નીચોવવું અને લેવું.

ત્રીજા પ્રકારનો ઉપચાર : સાટોડીનો તાજો રસ ઔંસ ૧ સવારસાંજ લેવો તથા ૦। તોલો સોનામુખી અને એક આનીભાર સંચળ મેળવી સવારસાંજ લેવું. પેટ પર ગરમ પાણીનો શેક કરવો. લીમડાનાં પાનનો તાજો રસ તોલા દસ સવારે અને સાંજે લેવો. ખોરાકમાં શેરડીનો રસ અને છાસ સિવાય કશું જ લેવું નહિ.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

<u>સૂચના</u>: કોઇપણ જાતના ચરબીવાળા ખોરાકો લેવા નહિ. પાણીવાળા ઝાડા છૂટે તેવા ઔષધો લેવા પણ દિવેલનો જુલાબ અગર નેપાળાનો જુલાબ કદી રોગીને આપવો નહિ. ઓછામાં ઓછા ત્રણથી ચાર ઝાડા થાય તેવું ઔષધ આપવું.

મરડો Dysentry

મરડો બે જાતનો થાય છે. એક Amoebic એટલે પાણીના ખાબોચીયાના જંતુવાળો અને બીજો bacillus એટલે લોહીના જંતુવાળો.

ઉપરની જાતમાં પેટમાં વીંટ આવીને આમ પડે છે, જ્યારે બીજી જાતમાં લોહી અને આમ બન્ને સાથે પડે છે. આ રોગ એટલો બધો જીદ્દી છે કે ઘણી વખત વર્ષો સુધી પેટમાં રહી પછી ફરી દેખાય છે અને તેમાંથી હૃદયના હુમલાઓ અને અનેક મોટા દરદો જન્મે છે.

<u>પહેલાં પ્રકારનાં લક્ષણો</u>: ઝાડો અમળાઇને આવે છે, અવારનવાર પેટમાં ચૂક આવે છે. ટીપે ટીપે ઝાડો થાય છે. અથવા ઘણી વખત ઝાડામાં પરૂ જેવું નીકળે છે, પેટમાં ઝાડે ગયા પછી પણ ઝાડે જવાની ઇચ્છા રહ્યા કરે છે, કોઇ વખત ઝીણો તાવ રહે છે, કોઇ વખત સાથે ઉલટી પણ થાય છે.

<u>કારણો</u>: પહેલો પ્રકાર Amoebic dysentry ને નામે ઓળખાતો આંતરડાંમાં જુના મળ, કૃમિ, Amoebia નામના જંતુ, ગટરની આસપાસ રહેઠાણ તીખાં અને માદક પદાર્થોના સેવન, ખોરાકમાં પત્થર વીગેરે અપથ્ય વસ્તુઓ, જુની શરદી, ઉજાગરાઓ, ઠંડા ખોરાકો અને ચેપમાંથી જન્મે છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ઉપચાર :ઇંદ્રજવ બે આનીભાર, પીપર બે આનીભાર, વાવડીંગ બે આનીભાર, છુવારી અજમો બે આનીભાર, સૂંઠ બે આનીભાર, કડાછાલ એક આનીભાર, ખસખસ એક આનીભાર, પાણી તોલા દસમાં બધુ ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી, બે ભાગ કરી સવારસાંજ લેવું તથા ઇસબગુલ તોલા ૦। અને પીપર એક આનીભાર સાથે મેળવી દરરોજ રાત્રે ગરમ પાણી સાથે લેવું.

બીજા પ્રકારનાં લક્ષણો : Bacillus dysentry માં ઝાડામાં લોહી પડે છે, કોઇ વખત પેટમાં દુખે છે કોઇ વખત નથી દુખતું, ઘણી વખત લોહી સાથે આમ પણ પડે છે, અવારનવાર ઝાડે જવાની ઇચ્છા થાય છે, પેટમાં ચૂંથાય છે, જીભ ફીકકી થાય છે અને દિવસમાં ઘણી વખત ઝાડે જવું પડે છે.

કારણો : અમુક જાતના કૃમિ, તીવ્ર ખોરાકો અને પીણાઓ, વાસી ખોરાક, જુનીબાદી, પેટમાં જુના મરડાના જંતુઓ, અંધારામાં રહેવાશ અને ભારે પાણીમાંથી પણ આ રોગ નીપજે છે.

ઉપચાર : પહેલાં પ્રકારમાં સૂચવેલાં બધા ઉપચારો ઉપરાંત સર્વ પહેલાં દિવેલનો એક જુલાબ અને પછી ઉપચારની સાથે બીલીના ગર્ભનો મુરબ્બો અથવા ગર્ભ ૦। ૦। તોલો સવારસાંજ લેવો અને મુરબ્બો હોય તો અકેક તોલો સવારસાંજ લેવો.

સૂચના : બન્ને રોગોમાં છાશ, મોસંબી, સંતરા, દાડમ અને સફરજન સિવાય કશું લેવું નહિં.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

એડકી

એડકીના આયુર્વેદમાં પાંચ પ્રકારો છે પણ બધા પ્રકારનાં ઉપચાર એક હોતા આપણે આ જગ્યાએ તેના કારણો અગર લક્ષણો વર્ણવ્યા વગર જ ઉપચાર પર જઈએ કારણકે એડકીનો રોગ તે આવતી હોય તેના પરથી ઓળખાય છે એટલે કારણો કે લક્ષણો જણાવવાની જરૂર રહેતી નથી.

<u>ઉપચાર નં. ૧</u> : એલચીના ફોતરાની ચલમ પીવાથી એડકી બંધ થાય છે.

<u>ઉપચાર નં. ૨</u> : મોરપીંછને બાળી તેમાં ગોળ અને મરી સરખે ભાગે મેળવી એક આનીભારની ગોળી બનાવી, બે ગોળી ગરમ પાણી સાથે લેવાથી એડકી બંધ થાય છે.

<u>ઉપચાર નં. ૩</u> : કપૂર એક રતી, અફીણ એક રતી સાથે મેળવી તેની ગોળી બનાવી પંદર પંદર મિનિટને અંતરે બબ્બે ગોળી ત્રણ વખત પાણી સાથે લેવાથી એડકી બંધ થાય છે.

સર્પદંશ

સર્પ અનેક જાતના થાય છે પણ તેમાંથી મોટા ભાગના સર્પો ઝેરી હોતા નથી અને રોગીને કેવળ સર્પ કરડયો છે તેટલી ખબર હોવાને કારણે તેને ઝેર ચઢવાના બધાં લક્ષણો કેવળ માનસિક ડરને કારણે જણાય છે અને

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તેમાં મદારીઓ, સર્પ ઉતારનારાઓ અને મંત્રતંત્ર વિદ્યા-વાળાઓનો મોટો ભાગ તેના માનસિક ડરનો પોતાનોજ જ્ઞાને અજ્ઞાને પણ ઉપચાર કરી રોગીને સારા કર્યાના અનેક દાખલાઓ નોંધાયા છે. અનેક વનસ્પતિઓ અને જડિબુટ્ટીઓ વિષે પણ ઉપરની જ હકીકત આજ દિવસ સુધી બનતી આવી છે અગર તો એ જડીબુટ્ટીઓ અને વનસ્પતિઓ કોઈ મિશ્ર પ્રયોગો દ્વારા ઉપયોગી હોય તો આપણી જાણમાં નથી. એટલે આજે આપણામાં જાણીતી તમામ સર્પદંશની વનસ્પતિઓ પર માસ્કર અને કાઉસ નામના બે જાણીતા સર્પદંશ પર પ્રયોગ કરનાર વૈજ્ઞાનિકોએ જાહેર કર્યું છે કે એ બધી વનસ્પતિઓના પ્રયોગ ઝેરી સર્પો ઉપર કર્યા પછી તે વનસ્પતિઓ ઝેર ઉતારવા માટે ઉપયોગી નીવડી નથી એટલે જ્યારે ઝેર વગરનો સાપ પર આવા ઔષધો અપાતા હશે અગર કોઇ મિશ્ર પ્રયોગો દ્વારા ઝેરી સર્પો પર અપાતા હશે ત્યારે તે ઔષધો રોગી સારા કર્યાના દાખલાઓ આપતા હશે. પણ સત્તાવાર રીતે તે વાજ્ઞાનિક પ્રયોગો દ્વારા તેમની ઉપયોગીતા જાણતાં નથી. આવા સમયે Haffkine Instituteના કર્નલ સૌકીએ એક અ ષધ કોઇપણ જાતના ઝેરી સાપ ઉપર શોધી કાઢયું છે અને તેથી તે ઔષધ ગામડે, સીમમાં અને ખેતરોમાં રાખવું ઉપકારક છે એ ઔષધનું નામ Anti Snake bite રાખવામાં આવ્યું છે અને તે મુંબઇની ઉપરની પરેલ પર આવેલી સંસ્થામાંથી મળી શકે છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વધેલી બરોળ

બરોળ બાળકને પણ વધી ગયેલી હોય છે અને મોટા માણસોને પણ કેટલીક વખત અમુક કારણોને લઇને વધી જાય છે.

લક્ષણો : રોગીને ઝીણો તાવ રહે છે, ડાબી બાજુના ભાગ પર બરોળ વધેલી દેખાય છે, રોગી ગળાતો જ જાય છે. એની ચામડીનો રંગ તદ્દન ફીક્કો પડી જાય છે અને રોગી તદ્દન નિસ્તેજ જણાય છે, અશકિત ખૂબજ જણાય છે.

કારણો : ખૂબ ગરમ પદાર્થો ખાવાથી ખાસ કરી આ રોગ થાય છે. બાળકોમાંના કેટલાકને આ રોગ નાનપણથી જ હોય છે અને એ તરફ બે ધ્યાન રહેતાં દરદ ઘણું જ વધી જાય છે, અવારનવાર થતા મેલેરીયામાંથી પણ ખાસ આ રોગ થાય છે.

ઉપચાર નં. ૧. કુમારના લફરાનું તથા હળદર અને મીઠાનું રાત્રે મીઠાનું પેટ પર બરોળના ભાગ પર બંધાણ કરવું.

ઉપચાર નં. ૨. કુમારી આસવ અકેક ઔંસ દિવસમાં બે વખત નિયમિત આપવાથી રોગમાં આરામ થાય છે.

ઉપચાર નં. ૩. કુમારનો રસ ડ્રામ બે તથા હળદર રતી એક મેળવી દિવસમાં ત્રણ વખત આપવું

ઉપચાર નં. ૪. સરપંખાનો ઉકાળો બનાવી દિવસમાં સવારસાંજ બે વખત પીવા આપવો.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અતિસાર

અતિસારના આયુર્વેદના મત પ્રમાણે છ પ્રકાર છે. આ છ પ્રકારના નામેા નીચે પ્રમાણે છે.

(૧) વાતાતિસાર : વાયુથી થતા ઝાડાએા.

(૨) પિત્તાતિસાર : પિત્તથી થતા ઝાડાએા.

(૩) કફાતિસાર : કફથી થતા ઝાડાએા.

(૪) વાતપિત્તાતિસાર : વાત અને પિત્તના સંયેાગથી થતા ઝાડાએા.

(૫) વાતકફાતિસાર : વાયુ અને કફના મિશ્રણથી થતા ઝાડાએા.

(૬) વાતપિત્તકફાતિસાર : વાયુ, પિત્ત અને કફના દેાષથી થતા ઝાડાએા.

લક્ષણેા : (૧) આ પ્રકારના ઝાડાએા પેટમાં ગડગડાટ જેવા અવાજો થઈ આકાશી રંગના અને થેાડા થાય છે.

(૨) આ જાતના ઝાડાએા ઘેરા પીળા રંગના અને તદ્દન પાણી જેવા પણ થેાડા થાય છે.

(૩) આ ઝાડાએા ચીકણા હેાય છે અને પીડા સહિત થાય છે.

(૪) આ જાતના ઝાડાએામાં પહેલાં પેટમાં ખૂબ વીંટ આવી પછી કાળા રંગનેા અને મેાટેા છતાં થેાડી થેાડી વારને અંતરે ઝાડેા થાય છે.

(૫) આ જાતના ઝાડાએા તદ્દન સફેદ અને ચીકણેા પણ પેટમાં સખત વીંટ આવી અને ઝાડેા થઇ ગયા બાદ પણ ઝાડે જવાની ઇચ્છા થયા કરે તેવી જાતના થાય છે.

(૬) આ જાતના ઝાડા ફેાદા ફેાદા અને ઘણા જ વાસવાળા અને લીલાપીળા મિશ્ર રંગના તથા ચિકણા

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

થાય છે. થોડી થોડી વારે ઝાડે જવાની શંકા થાય છે અને ઘણો જ ઝાડો થાય છે.

કારણો : (૧) નવું પાણી આવવાથી પાણીના કચરાંઓ અને આખા વરસના જંતુઓનો સમુહ પાણીમાં ખેંચાઈને પેટમાં જવાથી ઝાડાઓ થઈ આવે છે અને તેને વાયુથી થતા ઝાડાને નામે ઓળખવામાં આવે છે.

(૨)અતિ પિ-તવાળા અને ગરમ ખોરાકો ખાવાથી તેમ થતું સાન્દ્ર મ આવે છે.

(૩)ઘણાજ ભારે અને ન પચી શકે તેવાં ખોરાકનું પરિણામ પણ અતિસારમાંજ આવે છે

(૪) નવા પાણી સાથે ઘણાં જ ગરમ અને પિ-તવાળાં ખોરાકો લેવાથી આમ બને છે.

(૫) નવું પાણી અને ઘણાં જ ભારે ખોરાકનું મિશ્રણ આ જાતના ઝાડાઓ માટે કારણભૂત છે.

(૬) નવા પાણીથી થતો વાયુ, તીખા અને ખાટા ખોરાકનું અતિસેવન અને અતી ભારે અને ન પચી શકે તેવાં ખોરાકનું મિશ્રણ આ જાતના ઝાડા થવા માટે મુખ્યત્વે મનાય છે.

સાવચેતી : આ જાતના ઝાડાઓ માટે ચોમાસું એ મુખ્ય ઋતું છે અને ભાદરવો એ મુખ્ય મહિનો છે તેથી સાવચેતી રાખવા માટે અને ઝાડા થવા અગાઉ સાવચેત રહેવા માટે જે નિયમો જાણવા જોઇએ તે નીચે મુજબ છે.

(૧) પાણીને ખુબ ગરમ કરી ઉકાળી અને ઠંડુ કર્યા

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પછી જ પીવું, ગરમ કર્યા વગરનું પાણી કદી જ પીવું નહી. બની શકે તો થોડું જ નવશેકું પાણી પીવું.

(૨) પાણીમાં વાવડીંગ ઉકાળીને પીવું વધારે ફાયદાકારક ગણાય.

(૩) તીખા અને ખાટા પદાર્થો ખાવા છોડી દઇ ઉપરની જાતનું પાણી પીતા રહેવું.

(૪) દુધ અને સાકરનું સેવન બની શકે ત્યાં સુધી ખૂબ કરતા રહેવું. કારણ કે તેમ કરવાથી ઋતુના પ્રકોપતા પિત્તનો નાશ થાય છે, તે ઉપરાંત પાણી ઉપરનું પીતા રહેવું.

(૫) બની શકે તો દૂધમા વાવડીંગ ઉકાળી તે જાતના દૂધ પર રહેવું.

(૬) ફળ અને પાણીવાળા શાકભાજી ઓછાં ખાવા અને બની શકે તો ત્યાગ કરવો અને કેળા ખુબ ખાવા.

(૭) કાંકચ અથવા કાળીજીરી જેવાં કડવાં ઔષધોનું અઠવાડીયામાં એકાદ વખત સેવન કરતાં રહેવું.

(૮) કારેલાં અને કંટોળાના શાકને મુખ્ય પસંદગી આપવી.

<u>ઉપચાર</u>: કોઇ પણ જાતના અતિસારમાં પહેલાં એરંડિયાનો જુલાબ લેવો ઘણો જ હિતકર છે.

<u>ઉપચાર નં, ૧.</u>: પાણીમાં વાવડીંગ અને ખસખસ નાખીને ઉકાળીને પીવા તથા ખસખસ રતી ચાર, જાયફળ રતી એક, સાકર રતી છ મેળવી ફૂદીનાના રસ સાથે લેવું.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

<u>ઉપચાર નં. ૨</u> : ખસખસ રતી ત્રણ, જાયફળ રતી ચાર, જાવંત્રી રતી છ, એલચી રતી એક, બધુ સાથે મેળવી સાકરના પાણી સાથે દિવસમાં ચાર વખત લેવાથી આરામ અચૂક થાય છે.

<u>ઉપચાર નં. ૩</u> : વાવડીંગ તોલા ચાર, અજમો તોલો એક, જાવંત્રી તોલા એક, બધુ સાથે મેળવી તેમાંથી આઠ રતીનું એક પડીકું બનાવી વાવડીંગના ઉકાળેલા પાણીમાં દિવસમાં છ વખત તે પ્રમાણે લેવાથી ફાયદો થશે.

<u>ઉપચાર નં. ૪</u> : સુવા રતી ચાર, ખસખસ રતી ચાર, જાવંત્રી રતી ચાર, દિવસમાં ચાર વખત સાકરના પાણી સાથે લેવાથી આરામ જણાય છે. ઘણા વધારે ઝાડા થાય તો ઉપરની ઔષધિઓમાં અફીણ રતી ૦ા મેળવી સાકરના પાણી સાથે આપવાથી અચૂક ફાયદો થશે.

<u>ઉપચાર નં. ૫</u> : વાવડીંગ રતી ત્રણ, જાવંત્રી રતી ચાર, અફીણ રતી એક ત્રણે સાથે મેળવી વાવડીંગના ગરમ પાણીમાં દિવસમાં છ વખત આપવું.

<u>ઉપચાર નં. ૬</u> : વાવડીંગ, જાવંત્રી અને જાયફળ તથા ખસખસ રતી બબ્બે લઈ તેમાં અફીણ રતી અર્ધો મેળવી ફુદીનાનો રસ, વાવડીંગનું પાણી અને સાકરના પાણી સાથે ત્રણ ભાગ કરી દિવસમાં ત્રણ વખત આપવું.

<u>સૂચના</u>:–આ ઝાડાઓ દરમ્યાન પાણી વાવડીંગ તથા ખસખસ નાખી ઉકાળેલું જ આપવું. સાદુ પાણી બીલકુલ આપવું નહી અને બધી જાતના ઝાડા દરમ્યાન સાકરનું પાણી, મધનું પાણી અને પ્રવાહી સિવાય કશુંજ આપવુ નહિ.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વાયુ

વાયુના દરદો આયુર્વેદના મત પ્રમાણે ૮૪ જાતના છે પણ આપણે તો આ જગ્યાએ પેટમાં થતો વાયુ કે જેને લીધે અનેક વખત અપચો, બેચેની અને હૃદયપરના હુમલાએ થયા કરે તે સબંધી સાદી હકીકત જોઇશું.

લક્ષણો: પેટમાં બેચેની લાગવી, આખુ શરીર ભારે ભારે થવું, ઘણી વાર માથાનો દુખાવો જણાવો, કોઇ કોઇ વખત હૃદય પર એકાએક હુમલો થઇ આવી તરત જ જીવ નીકળી જશે તેવો ભાસ થવો, ભૂખ નહિં લાગવી, કબજીયાત થવી, ઘણી વખત લોહીનું દબાણ ઊંચુ જવું, અનેક વખત શરીરમાંથી સણકા નીકળવા, કોઇ કોઇ વખત કમરનો દુખાવો થવો અને પેટ ફુલી આવવું.

કારણો: પૂરી કસરતના અભાવે આંતરડાંઓ પૂરૂ કામ કરી શકતા નથી, શરીરમાં જુના મરડાના જંતુઓ રહી જવાના કારણે પણ તેમ થાય છે. જુનાં વાસી ખોરાકો ખાવા, મોડી રાત્રે જમવું, ઠંડા ભોજનો આરોગવા, કાચા કાચા ભોજનો ખાવા, રાત્રે ભારે ખોરાક લેવો વીગેરે કારણોથી આ રોગ થાય છે.

ઉપચાર નં. ૧. ઘરમાં રાખજો ઔષધિ નં. એકની બનાવટ માટે પરિશિષ્ટમાં જોઇ લ્યો.

ઉપચાર નં. ૨. સંચળ તોલો એક, સાજીખાર તોલો એક, જેઠીમધ તોલા બે, લીંડીપીપર તોલા બે, બધું સાથે મેળવી તેમાંથી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ બનાવી જમ્યા પછી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

અકેક આનીભાર પાણી સાથે લેવું.

ઉપચાર નં. ૩. હિંગાષ્ટક રતલ અરધો, લસણની ફોલેલી કળી તોલા પાંચ, હિંગાષ્ટકમાં સાથે ઘૂંટી તે બધાને લીંબુના રસમાં ઘૂંટો અને તેની ચણા જેવડી ગોળી બનાવો અને દિવસ દરસ્યાન બબ્બે ગોળી ચાર વખત લેવાથી ફરીયાદ દૂર થશે.

ઉપચાર નં. ૪. લવણભાસ્કર ચૂર્ણ એક આનીભાર, જમ્યા પછી સવારસાંજ પાણી સાથે લેવું.

ઉપચાર નં. ૫. હિંગ એક આનીભાર, અરધો તોલો ઘી સાથે મેળવીને લેવી.

ઉપચાર નં. ૬. સંચળ તોલો એક, પીપર તોલો એક, બન્નેને લીંબુના રસમાં ઘૂંટી તેની ચણા જેવડી ગોળી બનાવી સવારસાંજ અકેક ગોળી પાણી સાથે લ્યો.

પેશાબમાં બળતરા

પેશાબમાં બળતરા અનેક કારણોથી થાય છે પણ ગરમીને કારણે કે તાવ જેવા દરદોથી જો બળતરા થતી હોય તો તેને માટે નીચેનો ઉપચાર ફાયદાકારક નીવડશે.

ઉપચાર નં. ૧. પેડુ પર શેવાળ બાંધવી, અવારનવાર ફેરવ્યા કરવું.

ઉપચાર નં. ૨. પેડુ પર કેસુડાના ફુલનો શેક કરવો.

ઉપચાર નં. ૩. બે આનીભાર ગોખરૂ ને પાંચ તોલા પાણીમાં ઉકાળી બે તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તેમાંથી બે ભાગ કરી સવારસાંજ લેવાથી ફાયદો થાય છે.

ઉપચાર નં. ૪ : જીરૂ, ધાણા અને કાળીદ્રાક્ષ અકેક આનીભાર લઇ તેને વાટી તેમાં અરધી આનીભાર વરીયાળી મેળવી સાકરના પાણી સાથે શરબત બનાવી દિવસમાં બે વખત પીવાથી બળતરા ઓછી થાય છે,

ઉપચાર નં. ૫ : સુખડ ચંદનને પથ્થર પર ઘસી તેને સાકરના પાણી સાથે મેળવી પીવાથી બળતરા ઓછી થાય છે.

ઉપચાર નં. ૬ : કાંસકીની છાલનો રસ અથવા પાનનો રસ બબ્બે ચમચી સવારસાંજ લેવાથી બળતરા દૂર થાય છે.

લૂ લાગવી

આ રોગ બળબળતા તાપમાં ઉનાળામાં ફરવાથી લાગે છે અને આખા શરીરમાં કળતર થઇ તાવ ચઢી આવે છે, બેચેની જણાય છે અને ઘણી વખત આંખો પણ પીળી પડી જાય છે.

લક્ષણો : તાવ એકાએક સખત ચઢી આવવો, ઉલટી જેવો ભાસ થવો અથવા ઘણી વખત ઉલટી થવી, બેચેની જણાવી, શરીરમાં કળતર થવી, આંખોમાં બળતરા થવી, હાથપગના તળીયાઓમાં બળતરા થવી, ઘણી વખત માથામાં સખત દુખાવો રહેવો. ભોજન અને પાણી તરફ અરૂચિ અને ઘણી વખત સખત તૃષા લાગવી, ઊંઘ નહીં આવવી, પગની પીંડીઓનો દુખાવો થવો, ઘણી વખત આંખો પીળી પડી જવી અને તાવની અનેક દવાઓ આપવા છતા તાવનું નહિં ઉતરવું.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

* જનતા આયુર્વેદની કિંમત હવે બરાબર સમજે છે....

થોડા ખરચે રોગને જડમુળથી

હઠાવવા **આયુર્વેદિક ઔષધિઓ**

હવે સર્વોત્તમ ગણી શકાય છે.

★

શુદ્ધ અને સચોટ આયુર્વેદિક ઔષધિઓ માટે 'ચરક' નામને યાદ રાખો

ચરકભંડાર ની પેટન્ટ ઔષધિઓ
હવે હિંદભરમાં સર્વત્ર મળી શકે છે.

● એક કાર્ડ લખી અંગ્રેજી, ગુજરાતી, હિંદી, યા મરાઠી,
સચિત્ર સુચિપત્ર મફત મંગાવો.

ચરક ભંડાર

૪૯, હ્યુજીસ રોડ,
ચોપાટી, મુંબઇ ૭.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

<u>કારણો</u> : સખત તાપમાં ફરવાથી, ઉઘાડે માથે સૂર્યના કિરણો માથામાં સીધા પ્રવેશવાથી, ખુલ્લે પગે સૂર્યના તાપમાં ફરવાથી.

<u>ઉપચાર નં. ૧</u> : આખા શરીરે કાંદાના રસનું માલીસ કરવું તથા કાંદા ખાવા આપવા અને ધાણ્યાદીકવાથ પ્રવાહી ડામ બબ્બે દિવસમાં ત્રણ વખત આપવો તથા સોનામુખીનો જુલાબ આપવો.

<u>ઉપચાર નં. ૨</u>. કપૂરનું શરીર પર માલીસ કરવું અને કર્પૂરાર્કના બબ્બે ટીપાં પાણી સાથે મેળવી પીવા આપવા અને શરીર પર રાત્રે સૂતી વખતે કર્પૂરાર્કનું માલીસ કરી એક સાદો જુલાબ આપવો તથા ચંદનાદીકવાથ પ્રવાહી બબ્બે ડ્રામ દિવસમાં ત્રણ વખત આપવું.

<u>સૂચના</u>: રોગીએ બિછાનામાં પડયું રહેવું અને બહાર જવું નહિં.

હૃદય રોગ

હૃદયનો રોગ આજકાલ અનેક રીતે નજરે પડે છે. આધુનિક વૈજ્ઞાનિકોએ હૃદયના ધબકારા, હૃદયમાં લોહીનું પસાર થવું વીગેરેના ઉપાયો શોધી કાઢયા છે. છતા પણ તેના સાચા નિદાનને પહોંચી શકયા નથી એ હકીકત છે.

હૃદયરોગના બાવન જુદાં જુદાં પ્રકારો ગણવામાં આવ્યા છે અને આ જગ્યાએ એ વિષે લખવા બેસીએ તો લાબું થાય અને તેથી આયુર્વેદે મહત્વના જે પાંચ પ્રકારો ગણાવ્યા છે તે પ્રકારોનું જ અત્રે વર્ણન કરવામાં આવશે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

હૃદયરોગના પાંચ પ્રકારો નીચે પ્રમાણે છે.

(૧) વાતજન્ય (૨) પિત્તજન્ય (૩) કફજન્ય (૪) કૃમિજન્ય (૫) સન્નિપાતજન્ય. હૃદયરોગ માણસને એટલી બધી પીડા કરે છે કે તેને તેનો અંત નજીકજ લાગે છે. કોઈપણ દવા તેને સાજો નહિં કરી શકે એમ તે માની બેસે છે અને શોષ પડવો તેમજ બૂમાબૂમ કરવી એ તેને સ્વાભાવિક લાગે છે.

<u>પહેલા પ્રકારનાં લક્ષણો</u> : વાતજન્ય હૃદયરોગના રોગીને શરીરમાં સોઈ ભોંકાતી હોય તેવી પીડા થાય છે, ઘણી વખત છરી અથવા કુહાડાથી કોઈ તેનું અંગ કાપી નાખતું હોય તેમ લાગે છે તેને ખૂબ અસહ્ય પીડા થાય છે.

<u>બીજા પ્રકારનાં લક્ષણો</u> : આ પ્રકાર દરમ્યાન રોગીને શરીરમાંથી અગ્નિ નીકળતો હોય તેમ લાગે છે તરસ સખત લાગે છે લોહી ઉડી જતું હોય તેવું લાગે છે, મોમાંથી ધૂમાડા નીકળતા હોય તેમ લાગે છે, મૂર્છા આવે છે, મોઢું સુકાય છે, મોઢામાંથી અને શરીરમાંથી ભયંકર દુર્ગંધ આવે છે. અંગ્રેજીમાં આને Angina Pectoris કહેવામાં આવે છે.

<u>ત્રીજા પ્રકારનાં લક્ષણો</u>: શરીર ભારે ભારે થઈ જડ જેવું લાગે છે. મોઢું મીઠું મીઠું લાગે છે, હૃદય પર ખૂબ ભારે પથ્થર મૂકયો હોય તેવું દબાણ આવે છે. ગાત્રો ઢીલાં પડી જાય છે, અરૂચિ લાગે છે, રડવું આગે છે અને કોઈની વાત સાંભળવી ગમતી નથી, માથું પણ દુઃખે છે અને શરીરનાં તમામ ભાગો ઢીલા પડી ગયા હોય તેમ લાગે છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ચોથા પ્રકારના લક્ષણો : મોઢામાંથી લાળ ઝરે અને ખુબ શોષ પડે, આંખો કાળી પડી જાય અને વારેવારે ઉલટી થવા જેવું લાગે અને થૂંકયા કરે, અરૂચિ રહે, મોળ આવે, અંધારા આવે, ઘણી વખત ઉલટી વાટે મોઢામાંથી કૃમિ નીકળે.

પાંચમાં પ્રકારના લક્ષણો : શરીર કોઈ કાપી નાખતું હોય તેમ લાગે, અગ્નિ નીકળતો હોય તેવો ભાસ થાય, શરીર ભારે ભારે લાગે, શહીરમાં કોઇ સોયો ભોંકતું હોય તેવો ભાસ થાય, પરસેવો નીકળે અને તે પણ ભયંકર દુર્ગંધવાળો હોય, આખા શરીરમાંથી અગ્નિ નીકળતો તેવી દાહ થાય, તરસ લાગે, મોઢું સૂકાય, અરૂચિ લાગે મોઢું મીઠું મીઠું લાગે, શરીરમાં ખૂબ પીડા થઈ બેભાન બની જવાય, હૃદયમાં સખત પીડા થાય.

કારણો : મગજપર બહુ બોજો, ઉપદંશના રોગો, લોહીનું દબાણ, સંધિવા, આઘાત, અતિ નબળાઇ, માનસિક વધારે કામ, આંતરડાંનાં રોગો, રકતવાહિનીઓના રોગો, જ્ઞાનતંતુવાહિનીના રોગો, પોષણ વગરના ખોરાકો, અતિ માદક પદાર્થોનું સેવન, અનિંદ્રા, આઘાત જનક સમાચાર.

ઉપચાર નં. ૧ : તમામ જાતના હૃદયરોગમાં અર્જુન-વૃક્ષ, સોનાનાં પાનાં, પીપર, વાવડીંગ, સંચળ અને હીમે-જનો ઉપયોગ શાસ્ત્રકારોએ અતિ ઉપયોગી વર્ણવ્યો છે કારણ કે રોગનું નિદાન ન થઇ શકે ત્યારે આ ઔષધો-માંનું કોઈપણ ઔષધ એકલું કે મિશ્ર સ્વરૂપે આપવાથી ફાયદો થાય છે અને યોગ્ય રીતથી આપવામાં આવે તો સાવ આરામ પણ થઇ જાય છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સૂચના : વાયુકારક ખોરાકો, તળેલાં પદાર્થો અને રાત્રી ભોજન કોઈપણ પ્રકારના હૃદયરોગી માટે નિષેધ છે.

વાતજન્ય હૃદયરોગના ઉપચાર : રોગીને ચંદનના તેલનું માલીસ અને દશમૂલાદિકવાથનું સિંધવની સાથે સવાર-સાંજ સેવન કરાવવું હિતકર છે. પીપર તોલો એક, વજ તોલો અરધો, હીંગ તોલો એક, જવખાર તોલો અરધો, સંચળ તોલા બે, અજમાનું ચૂર્ણ તોલા બે, એલચી તોલા બે, સૂંઠ તોલા બે, વાવડીંગ તોલા અઢી, બધું સાથે મેળવી તેનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી તેમાં બીજોરાનો રસ મેળવી, સૂકવી વસ્ત્રગાળ કરવું. ઉપરના રોગીઓએ આ ચૂર્ણનું સેવન દિવસમાં બે વખત ત્રણ રતી રાતા ચોખાના પાણીથી કરવું અને જ્યારે હુમલો થાય ત્યારે કળથીનાં કવાથ જોડે આપવું.

પિત્તજન્ય હૃદયરોગના ઉપચાર : મીઠાનું પાણી પીવડાવી ઉલટી કરાવવી. જેઠીમધ તોલા બે, વાળો તોલો એક, કમળકાકડી તોલા બે, દ્રાક્ષ તોલા અઢી, ચંદન તોલા બે, પિત્તપાપડો તોલો એક, અકકલકરો તોલા બે, ખસખસ તોલો એક, બધાને વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી બે રતલ ઘી માં પકવવાથી તે પાકી જાય છે. તેમાંથી અરધો અરધો તોલો સવારસાંજ બે માસ લેવાથી આરામ થાય છે.

કફજન્ય હૃદયરોગના ઉપચાર : અસ્તિ પ્રયોગ એ મુખ્ય ઉપાય છે. લીમડાનો ઊકાળો કરી દરરોજ સવારે આપવો. પીપર તોલો ત્રણ, ચિત્રક તોલા બે, વંશલોચન તોલો ચાર, અર્જુનવૃક્ષ તોલા બે, બધાને સાથે મેળવી વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કરી દિવસમાં ચાર વખત બબ્બે આનીભાર સૂંઠના ઉકાળા સાથે આપવું.

કૃમિજન્ય હૃદયરોગનો ઉપચાર : કરંજ તોલો ૦।, વાવડીંગ તોલો અરધો, કાંકચ તોલા ૦।, પીપર તોલો અરધો, પાણી તોલા દશ, બધુ સાથે મેળવી ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી બે ભાગ કરી દિવસમાં બે વખત જમ્યા પહેલાં ચાર માસ લેવાથી રોગ નાબુદ થાય છે.

સન્નિપાતજન્ય હૃદયરોગના ઉપચાર : જે જાતના ચિન્હ વધારે જણાતા હોય તે ચિન્હ પ્રમાણે ઉપચાર કરવો. જો ત્રણે દોષ સાથે દેખાતા હોય તો ત્રણે દોષ ઉપરના ઉપચાર કરવા.

પાંડુરોગ

પાંડુરોગની આયુર્વેદમાં પાંચ જાતો માનવામાં આવી છે. જ્યારે એલોપેથમાં પાંડુરોગની ત્રણ જાતો ગણવામાં આવી છે.

આયુર્વેદ પ્રમાણે પાંડુની પાંચ જાતો નીચે પ્રમાણે છે

(૧) વાતપાંડુ (૨) કફપાંડુ (૩) પિત્તપાંડુ (૪) ત્રિદોષ પાંડુ (૫) મૃત્તિકાભક્ષણપાંડુ.

આ પાંચ જાતમાંથી પ્રથમ જાતને અંગ્રેજીમાં એનિમિયા ના નામથી ઓળખવામાં છે એલોપેથમાં બીજી જાત પરનીસીપસ એનિમિયા જેને આયુર્વેદમાં ત્રિદોષપાંડુ કહે છે. અને માટીભક્ષણપાંડુ સેકંડરી એનિમિયા તરીકે જાણીતો છે.

લક્ષણો : પાંડુરોગ થતા પહેલાં આંખોની ચારે બાજુએ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

'પહેલું સુખ તે જાતે નર્યાં'

ઉપરનું સુત્ર હૃદયમાં ઉતારનાર હંમેશા સાદો અને સાત્વીક ખોરાક આરોગી- નિરોગી રહેવા પ્રયત્ન કરે છે.

છતાં શરીર છે, કદાચ નાદુરસ્ત જણાય તો 'ચરક ભંડાર' ના

મફત સલાહ કેન્દ્રોની મુલાકાત લેવા ચુકવું નહિ.

-: મફત સલાહકેન્દ્રો :-

(૧) ચોપાટી, હ્યુજીસ રોડ

અને

(૨) મંબાદેવી પાસે ધનજી સ્ટ્રીટ મુંબઈ

(૩) સયાજી રોડ, નવસારી

(૪) કોટસફીલ રોડ, સુરત

(૫) રીલીફ રોડ, અમદાવાદ

★

લખી એક કાર્ડ સચિત્ર સુચિ પત્ર તદન મફત મંગાવો

'ચરક ભંડાર'

૪૯, હ્યુજીસ રોડ, મુબઇ-૭

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સોજો આવે છે, શરીરનો રંગ પીળો થતો જાય છે, પેશાબ પીળો થાય છે, થુંક પણ પીળા રંગનુ જ હોય છે, શરીરની ચામડી ફાટે છે, વિગેરે ચિન્હે આ રોગ થતા પહેલાં માલમ પડેછે. આ સામાન્ય પાંડુરોગના ચિન્હો છે. હવે પ્રકાર પ્રમાણે લક્ષણો નીચે આપ્યા છે.

(૧) વાતપાંડુ: શરીરમાં સોયો ઘોંચાતી હોય તેવી વેદના થાય છે, શરીરનો સ્પર્શ કરકરો થાય છે, માથું ભારે થાય છે, ચામડી, મૂત્ર, નેત્ર અને નખ કાળાં પડી જાય છે, એ બધા લક્ષણો વાતપાંડુના છે એમ સમજવું.

(૨) કફપાંડુ: આ પ્રકારમાં શરીરમાં ઘેન, સોજો, ખાંસી વિશેષ જણાય છે. આળસ, પરસેવો, શરીરનું ભારેપણું અને શરીરની શિથિલતા એ કફપાંડુના લક્ષણો છે.

(૩) પિત્તપાંડુ : આ જાતમાં શરીરમાં પીળાપણું દેખાય છે, આમ ઉત્પન્ન થાય છે, રોગીનું મોઢું કડવું કડવું લાગે છે અને શરીરે સોજો ચઢે છે, ઝીણો ઝીણો તાવ રહ્યા કરે છે અને કંઠે શોષ પડે છે, શરીરનો રંગ પીળો પડે છે એ ખાસ લક્ષણો છે.

(૪) ત્રિદોષપાંડુ : વાયુ, પિત્ત અને કફ એમ ત્રણ દોષોમાંથી ઉત્પન્ન થતા પાંડુને ત્રિદોષ પાંડુને નામે ઓળખવામાં આવે છે. અને તેવાં રોગીને ઘેન, આળસ, સોજો, ઉલટી, ખાંસી, છાતીમાં પીડા, શોષ, નરમ ઝાડો, આંખો કરકરી થવી, તાવ આવવો અને અતિ ભૂખથી પીડા પામવી એવાં મુખ્ય ચિન્હો જોવામાં આવે છે. થાક, તરસ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તથા ઘણું કરીને પગ, પેટ અને મોઢા પર સોજો જોવામાં આવે છે.

(૫) મૃત્તિકાભક્ષણ પાંડુ: આ પાંડુમાં જઠરાગ્નિ નાશ પામે છે, મુખ, ઉદર, નાભી, મૂત્રદ્વાર, અને પગ ઉપર સોજો આવે છે, ઝાડા ઘણા થઇ જાય છે, હળદર અને લોહી જેવા ઝાડાઓ થાય છે, મૂર્છા આવે છે, સખત તરસ લાગે છે, ઉલટી થાય છે, મુખમાંથી દુર્ગંધ નીકળે છે, શરીર ઠંડુ પડી જાય છે, આંખ, નખ, દાંત, હોઠ અને શરીર પીળા પડી જાય છે, તાવ આવે છે, પેટ અને પગ પર સોજો હોવા છતાં શરીર સૂકાઇ ગયું હોય તે આ રોગના લક્ષણો છે.

આ બધા રોગના મુખ્ય લક્ષણોમાં શરીરમાં લોહીના લાલ રજકણો ઓછા થઇ જઈ સફેદ રજકણો વધવાને કારણે શરીર પીળું દેખાય છે અને લાલ રજકણોની ખામી બધી જાતના પાંડુમાં મુખ્ય છે.

કારણો: અતિ શ્રમ કરવાથી વધુ પડતા ખારા કે ખાટાં પદાર્થો અને મદ્યનું સેવન કરવાથી, શરીરના મળમૂત્રના વેગને અટકાવવાથી અતિ મૈથુન કરવાથી, કસરત ન કરવાથી, બીલકુલ ઊંઘ ન આવવાથી, અનેક રોગો વડે પીડાવાથી, ખરાબ અને સડેલા ખોરાકો ખાવાથી, ઘણો લાંબો પંથ ચાલવાની પીડાથી, તાવથી, લોહી વહી જવાથી, વ્રણ અને નારાંઓમાંથી અતિશય લોહી વહેવાથી, ચિંતા કરવાથી, આ બધા કારણોથી પાંડુરોગ થાય છે.

ઉપચાર: દરેક જાતના પાંડુમાં જીરૂ મોટા પ્રમાણમાં

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ખાવાથી રોગ વધતો અટકી જશે તેમજ શરીરમાં નવા લાલ રજકણો લોહીમાં ઉમેરી શકાશે. રાઈનું સેવન પણ ઉત્તમ છે. આ બન્ને તત્વમાં લોહનું પ્રમાણ વધારે હોઈ તે લેવા ઉત્તમ છે.

(૧) વાતપાંડુ: દશમૂળનો કવાથ ઔંસ બે, સૂંઠનો કવાથ ઔંસ બે, પીપરનું ચૂર્ણ તો. ૦।, એ બધું સાથે મેળવી તેના ચાર ભાગ કરી દિવસમા ચાર વખત ચાર ચાર કલાકને અંતરે લેવું.

(૨) કફપાંડુ: દૂધ સાથે લીંડી પીપર દરરોજ રાત્રે સૂતા પહેલાં છ રતી લેવી અને પછી દરરોજ અરધો રતી વધારતા જઈ ૪૨ દિવસ તે પ્રયોગ કરવો તથા મંડુરવટી ગોળી બે દિવસમાં બે વખત સવારસાંજ લેવી. આ ઉપચાર ઉપરાંત વજ તોલો ૦।, અને સિંધાલૂણ તોલો ૦।, ગરમ પાણી રતલ અરધોમાં નાખી દરરોજ સવારે લેવાથી ઉલટી થશે તેથી જામેલા કફના જાળાઓ તેમાં નીકળી જશે એટલે ઉપરનો ઉપચાર કરવાથી જલદી ફાયદો થશે.

(૩) પિત્તપાંડુ: નસોતરનું ચૂર્ણ બે આવીભાર, સાકર તોલો ૦।, એ બન્ને સાથે મેળવી ઉકાળેલા ગરમ પાણી સાથે પીવાથી ઉલટી થઈ પિત્તનો દોષ ઓછો થાય છે. ત્યારબાદ નીચેનું ઔષધ લેવું. સૂંઠ, મરી, પીપર, હરડે, બહેડાં, આમળા, મોથ, વાવડીંગ, ચિત્રક, એ બધું બબ્બે તોલા લઈ એક રતલ શેરડીના રસમાં તેને સાત દિવસ સુધી ઘૂંટવું. ત્યારબાદ તેનું વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરી તેમાંથી બે આનીભાર લઈ તેમાં ત્રણ રતી લોહભસ્મ નાખી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સવારસાંજ મધ સાથે લેવાથી આરામ થશે.

(૪) <u>ત્રિદોષપાંડુ</u>: પૂનર્નવાદીવટી સવારે અને સાંજે એકેક લેવી અને તે ઉપરથી લોહભસ્મ રતી બે, પીપર રતી છ, સવારસાંજ મધ સાથે લેવાથી આરામ થશે.

(૫) <u>મૃતિકા ભક્ષણપાંડુ</u>: પૂનર્નવાદી વટી ગોળી અરધી સવારે અને અરધી સાંજે, વજ્રમંડૂર વટી બબ્બે ગોળી દિવસમાં ત્રણ વખત પાણી સાથે, અમૃતવટી દિવસમાં છ વખત એકેક ગોળી પાણી સાથે લેવાથી આરામ થશે.

ઔષધોની બનાવટ માટે પરિશિષ્ટમાં જોઇ લ્યો. ●

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સમાપ્ત

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પરિશિષ્ટ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

દશમૂલાદીકવાથ : બિલી તોલો એક, શીવણુ તોલો એક, પાટલા તોલો એક, (પાટલા ન હોય ત્યારે કાંકચ વાપરી શકાય), અરણી તોલો એક, ગોખરૂ તોલો એક, નાની ભોરીંગણી તોલો એક, મોટી ભોરીંગણી તોલો એક, ગદધી સમેરવો તોલો એક, પીપર તોલો એક, કરીયાતું તોલો એક, મોથ તોલો એક, જવાસો તોલો એક બધું અધકચરૂં ખાંડી તેમાંથી ૦। તોલો લઇ દશ તોલા પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી ઉપચારમાં લખ્યા પ્રમાણે લેવું.

દેવદારવાદી ક્વાથ : દેવદાર બે તોલા, લીંડી પીપર એક તોલો, સૂંઠ બે તોલા, નાગરમોથ બે તોલા, જાયફળ બે તોલા, કરિયાતું બે તોલા, કોષ્ટ બે તોલા, કડુ બે તોલા, ધાણા બે તોલા, ગજપીપર એક તોલો, હરડેની છાલ બે તોલા, ભોરીંગણી બે તોલા, ઉભી ભોરીંગણી બે તોલા, ગોખરૂં બે તોલા, અતિવિષ બે તોલા ધમાસો બે તોલા, ગળો બે તોલા, બીલી બે તોલા, શાહજીરૂં બે તોલા; બધું સાથે મેળવી તેને અધકચરૂં ખાંડી બાટલીમાં ભરી અને તેમાંથી બે તોલા લઇ દશ તોલા પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાં ૦। તોલો સિંધાલૂણ અને એક આનીભાર હિંગ મેળવી બે ભાગ કરી ઉપચારમાં લખ્યા પ્રમાણે આપો.

ચંદનાદીકવાથ : ચંદન તોલો એક, વાળો તોલો એક, ચણકબાબ તોલો એક, ખડસેલીઓ તોલો એક, ગોખરૂં તોલો એક, ગળો તોલો એક, કાળીદ્રાક્ષ તોલો એક; રસ-

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વંતી તોલો અરધો, દારૂહળદર તોલો અરધો, નાગરમોથ તોલો અરધો, રતાંજલી તોલો અરધો, બધું અધકચરૂં ખાંડી બે તોલા લઇ ૨૦ તોલા પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી લેવું અને તેમાંથી ઉપચારમાં લખ્યા પ્રમાણે આપવું.

ગોક્ષુરાદીકવાથ : ગોખરાનું પંચાગ પાંચ તોલા સાકરમાં પાંચ તોલા મેળવી તેમાંથી બે તોલા લઈ દસ તોલા પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તોલા બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાં એક તોલો મધ નાખી ઉપચારમાં લખ્યા મુજબ આપવું.

હિંગ્વાદીકવાથ : સેકેલી હીંગ એક તોલો, કાળીપાટ એક તોલો, હરડે એક તોલો, ધાણા એક તોલો, દાડમની છાલ એક તોલો, ચિત્રો એક તોલો, કચૂરો એક તોલો, બોડી અજમોદ એક તોલો, સૂંઠ એક તોલો, મરી એક તોલો, પીપર એક તોલો, પલાંશી એક તોલો, આંમલીની છાલ એક તોલો, અમ્લવેતસ ફળ એક તોલો, તલવણી એક તોલો, જીરૂ એક તોલો, પૂષ્કરમૂળ એક તોલો, ઘોડાવજ એક તોલો, ચવક એક તોલો, સાજીખાર એક તોલો, જવખાર એક તોલો, સિંધલવણ એક તોલો, સંચળ એક તોલો, બીડલૂણ એક તોલો, મીઠું અને વરાગડુમીઠું એક તોલો, બધું અધકચરૂં ખાંડી તેમાંથી બે તોલા લઇ ૨૦ તોલા પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાંથી ઉપચારમાં બતાવ્યા પ્રમાણે લેવું.

એરંડાદીકવાથ : એરંડાનું મૂળ ચાર તોલા, બિજોરાના ઝાડનું મૂળ ચાર તોલા, ગોખરૂ ચાર તોલા, ઉભી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ભોરીંગણીના મૂળ ચાર તોલા, બેઠી ભોરીંગણીના મૂળ ચાર તોલા, લાકડીયો પાષાણભેદ ચાર તોલા, બીલીના ઝાડના મૂળ ચાર તોલા, બધાને ખાંડીને ભરી રાખો અને તેમાંથી બબ્બે તોલા લઈ દશ તોલા પાંણીમાં ઉકાળી પાંચ તોલા બાકી રહે ત્યારે તેમાં એરંડીયું તેલ એક તોલો, સેકેલીહિંગ બે રતી, જવખાર એક રતી, સિંધાલૂણ એક રતી નાખી બે ભાગ કરી સવાર સાંજ લ્યો. દરરોજ તે પ્રમાણે બનાવી લેવું.

બ્રહદ્રાસ્નાદીકવાથ: રાસ્ના તોલા બે, એરંડાના મૂળ તોલો એ, અરડૂસો તોલો એક, ધમાસો તોલો એક, બલદાણા તોલો એક, કચૂરો તોલો એક, મોથ તોલો એક, અતિવિષ તોલો એક, ગોખરૂ તોલો એક, હરડે તોલો એક, ગરમાળો તોલો એક, વરીયાળી તોલો એક, ધાણા તોલો એક, સાટોડી તોલો એક, આસોંદ તોલો એક, ગળો તોલો એક, પીપર તોલો એક, વરધારો તોલો એક, શતાવરી તોલો એક, વજ તોલો એક, કાંટાશેરીયો તોલો એક, ચવક તોલો એક, ઉભી ભોરીંગણી તોલો એક, બેઠી ભોરીંગણી તોલો એક, બધું અધકચરૂં ખાંડી તેમાંથી બે તોલા લઇ વીસ તોલા પાણીમાં ઉકાળવું અને પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી લેવું. અને ઉપચારમાં બતાવ્યા પ્રમાણે લેવું. દરરોજ કવાથ નવો બનાવી લેવો.

પટોલાદીકવાથ: પટોલ તોલો એક, (પટોલ એટલે પરવળ), રતાંજલી તોલો એક, કડું તોલો અરધો, કાળી પાટ તોલો એક, મોરવેલ તોલો, એક, કચોરૂ તોલો

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

એક, કરીયાતું તોલો એક, લીમડાની અંતરછાલ તોલો એક, બધું સાથે અધકચરૂં ખાંડી ભરી રાખવું અને તેમાંથી બે તોલા લઇ વીસ તોલા પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તોલા બાકી રહે ત્યારે ઉતારી ગાળી લેવું અને ઉપચારમાં બતાવ્યા પ્રમાણે લેવું.

<u>અજમોદાદીક્વાથ</u>: અજમોદ બે તોલા, લાવડીંગ બે તોલા, સિંધવ બે તોલા, દેવદાર બે તોલા, ચિત્રકના મૂળ બે તોલા, પીપળીમૂળ બે તોલા, વરીયાળી બે તોલા, પીપર બે તોલા, મરી બે તોલા, હિમેજ દશ તોલા, વરધારો વીસ તોલા, સૂંઠ વીસ તોલા. બધું સાથે મેળવી તેને અધકચરૂં ખાંડી તેમાંથી બે તોલા લઇ વીસ તોલા પાણીમાં ઉકાળો અને પાંચ તોલા બાકી રહે ત્યારે ગાળી ઉપચારમાં બતાવ્યા પ્રમાણે લ્યો.

<u>ખેરસારાદીક્વાથ</u> : અથવ ખદીરાદીક્વાથ ખેરવની છાલ તોલા પાંચ, હરડે તોલા પાંચ, બહેડા તોલા પાંચ, આમળાં તોલા પાંચ, કડવા પરવળનાપાન તોલા પાંચ, લીમડાની અંતરછાલ તોલા પાંચ, અરડૂસીના પાન તોલા પાંચ, ગળો તોલા પાંચ, બધું સાથે મેળવી અધકચરૂં ખાંડી તેમાંથી બે તોલા લઇ દસ તોલા પાણીમાં ઉકાળી, અર્ધું બાકી રહે ત્યારે તેમાંથી બે ભાગ કરી સવારસાંજ લેવું.

<u>સુંઠ્યાદીક્વાથ</u>: સૂંઠ તોલો એક ને સોળ તોલા પાણીમાં ઉકાળી તેમાંથી પાંચ તોલા બાકી રહે ત્યારે ત્રણ રતી હિંગ, એક આનીભાર સંચળ, બે આનીભાર સૂંઠ નાખી, બે ભાગ કરી ઉપચારમાં બતાવ્યા પ્રમાણે લેવું.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

મરિચ્યાદીક્વાથ : સૂંઠ એક તોલો, મરી એક તોલો, પીપળીમૂળ એક તોલો, કાળીજીરી એક તોલો, પીપર એક તોલો, ચિત્રો એક તોલો, કાયફળ એક તોલો, કડુ એક તોલો, ગંધીલોવજ એક તોલો, ભોરીંગણીનાં મૂળ એક તોલો, કાકડાશીંગી એક તોલો, હરડે એક તોલો, ચવાની અજમો એક તોલો અને લીંમડો (કડવો) એક તોલો બધું સાથે મેળવી બારીક વાટી ભરી રાખો. તેમાંથી એક તોલા લઇ પાંચ તોલા પાણીમાં ઉકાળો અને અરધું પાણી બાકી રહે ત્યારે ઉતારી ગાળી લ્યો અને ઉપચારમાં જણાવ્યા પ્રમાણે લ્યો.

મહામંજીષ્ઠાદી ક્વાથ : મજીઠ એક તોલો, નાગરમોથ એક તોલો, કડાછાલ એક તોલો, ગળો એક તોલો, કડુ એક તોલો, સૂંઠ એક તોલો, ભારંગીનામૂળ એક તોલો, બેઠી ભોરીંગણી એક તોલો, ઘોડાવજ એક તોલો, લીમડાની છાલ એક તોલો, હળદર એક તોલો, દારૂહળદર એક તોલો, હરડે એક તોલો, બહેડાં એક તોલો, આંમળા એક તોલો, પટોલ એક તોલો, કડુ એક તોલો, મૂર્વા એક તોલો, વાવડીંગ એક તોલો, બિયો એક તોલો, ચિત્રો એક તોલો, શતાવરી એક તોલો, ત્રાયમાણ એક તોલો, લીંડીપીપર એક તોલો, ઇંદ્રજવ એક તોલો, અરડૂસી એક તોલો, ભાંગરો એક તોલો, દેવદાર એક તોલો, કાળીપાટ એક તોલો, ખેરનીછાલ એક તોલો, રતાંજલી એક તોલો, નસોતર એક તોલો, વાયવરણો એક તોલો, કળીયાતું એક તોલો, બાબચીનામૂળ એક તોલો, ગરમાળાનો ગોળ એક તોલો,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સાહેાડા એક તોલેા, બકાનનીછાલ એક તોલેા, કરંજ એક તોલેા, અતિવિષની કળી એક તોલેા, ઇંદ્રવારૂણીના મૂળ એક તોલેા, જવાસેા એક તોલેા, કપુરીમધૂ [illegible] એક તોલેા, ખડસાલીચેા એક તોલેા. બધુ અધકચરૂં ખાંડી તેમાંથી બે તોલા લઈ વીસ તોલા પાણીમાં ઉકાળી અને પાંચ તોલા બાકી રહે ત્યારે ગાળી ઉપચારમાં લખ્યા પ્રમાણે લેવું.

ભુનિંબાદીકવાથ : કરીયાતું તોલેા એક, લીમડાની છાલ તોલેા એક, પીપર તોલેા એક, કચૂરેા તોલેા એક, સૂંઠ તોલેા એક, શતાવરી તોલેા એક, ગળેા તોલેા એક, [illegible]ગણી તોલેા એક; બધું અધકચરૂં ખાંડી તેમાંથી એકેક તોલેા લઈ દસ તોલા પાણીમાં ઉકાળી અઢી તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેમાંથી બબ્બે ડામ ઉપચારમાં બતાવ્યાં પ્રમાણે લેવું.

અભ્યાદીકવાથ : હીમેજ તોલા ચાર, નાગરમેાથ તોલા બે, ધાણા તોલેા એક, રતાંજલી તોલેા એક, પદ્મક તોલેા એક, અરડૂસીનાપાન તોલેા એક, ઇંદ્રજવ તોલેા એક, વાળેા તોલેા એક, ગળેા તોલેા એક, ગરમાળાનેા ગેાળ તોલેા એક, કાળીપાટ તોલેા એક, સૂંઠ તોલેા એક, કડુ તોલેા એક, બધું સાથે મેળવી અધકચરૂં ખાંડી બે તોલા લઇ વીસ તોલા પાણીમાં ઉકાળી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી ઉપચારમાં બતાવ્યા પ્રમાણે લેવું.

ગડુચ્યાવાદીકવાથ : લીમડાનીગળેા તોલા પાંચ, લીમડાની અંતરછાલ તોલા પાંચ, પદ્મક તોલા પાંચ, રતાંજલી તોલા પાંચ, ધાણા તોલા પાંચ. બધું સાથે મેળવી બારીક ઘૂંટી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તેમાંથી બે તોલા લઇ દશ તોલા પાણીમાં ઉકાળી અરધુ પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી લ્યો અને જરૂરીયાત પ્રમાણે લઇ લ્યો.

વાયુવરણાદીકવાથ : વાયુવરણાં, કાંટા અશેરિયો, સરગવો, બમણીઅરણી, કચૂજ, શેરડીનાંમૂળ, બીલી, કડવીટીંડોરી, સાંભરલુણ, ચિત્રક, પીળોકાંટાઅશેરીયો, લુણ, મધ, મેઢાશીંગ, શતાવરી, દર્ભ, ઉભીભોરીંગણી, બેઠીભોરીંગણી બધું ચાર ચાર તોલા લેવું અને ખાંડવું અને તેમાંથી બે તોલા લઇ દરરોજ દસ તોલા પાણીમાં ઉકાળવું અને પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી બે ભાગ કરી ઉપચારમાં લખ્યા મુજબ લેવું.

ધાણ્યાદીકવાથ : ધાણા તોલો એક, વાળો તોલો એક, બિલાં તોલો એક, મોથ તોલો એક અને પાણી તોલા દશ. આ બધું ઉકાળવાથી ધાણ્યાદીકવાથ તૈયાર થશે અને તેમાંથી ઉપચારરૂ લખ્યા પ્રમાણે લેવું.

પાચનકવાથ : હરડે તોલો એક, ગળો તોલો અરધો, ધાણા તોલો પોણો, પાણી તોલા પંદર બધું સાથે ઉકાળી તેમાં એક તોલો ગોળ નાખી પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી બે ભાગ કરી ઉપચારમાં લખ્યા પ્રમાણે લેવું.

મહાસુદર્શનચૂર્ણ : હરડાં એક તોલો, બહેડાં એક તોલો, આમળાં એક તોલો, ઉભી ભોરીંગણી એક તોલો, બેઠી ભોરીંગણી એક તોલો, હળદર એક તોલો, દારૂહળદર એક તોલો, કચૂર એક તોલો, સૂંઠ એક તોલો, મરી

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

એક તોલો, પીપર એક તોલો, પીપરીમૂળ એક તોલો, મોરવેલ એક તોલો, ગળો એક તોલો, ધમાસો એક તોલો, કડાછાલ એક તોલો, કડુ એક તોલો, પિત્તપાપડો એક તોલો, જેઠીમધ એક તોલો, નાગરમોથ એક તોલો, ત્રાયમાણ એક તોલો, વાળો એક તોલો, પૂષ્કરમૂળ એક તોલો, લીમડાનીછાલ એક તોલો, અજમો એક તોલો, ઇંદ્રજવ એક તોલો, ભારંગમૂળ એક તોલો, સરગવાના બી એક તોલો, મીઠોવજ, તજ, પદ્મકોષ્ટ અકેક તોલો, કુલા-વેલી ફટકડી એક તોલો, સફેદ ચંદન એક તોલો, અતિવિષ એક તોલો, ખપાટ એક તોલો, સાલવણ એક તોલો, પીઠવણ એક તોલો, વાવડીંગ એક તોલો, ચિત્રકમૂળ એક તોલો, તગર એક તોલો, દેવદાર એક તોલો, સફેદ કમળો એક તોલો, કાકોલી એક તોલો, જીવક એક તોલો, ઋષભક એક તોલો, ખસ એક તોલો, લવંગ એક તોલો, તમાલપત્ર એક તોલો, જાવંત્રી એક તોલો, વાંસ-કપૂર એક તોલો, અને કરીયાતું તોલા ૨૫, આ બધું સાથે મેળવી બારીક ઘુંટી કપડછાણ કરી ભરી રાખો.

એલાદીચૂર્ણ : લવંગ બે તોલા, કાગદી એલચી બે તોલા, નાગકેસર બે તોલા, બોરના ઠળીયાની મીજ બે તોલા, મમરા બે તોલા, ઘઉંલા બે તોલા, નાગરમોથ બે તોલા, ધોળું ચંદન બે તોલા, પીપર બે તોલા, બધું બારીક ઘૂંટી, કપડછાણ કરી એક બાટલીમાં ભરી રાખો.

હિંગવાદીચૂર્ણ : અથવા બૃહદ હિંગચૂર્ણ. સેકેલી હિંગ, સૂંઠ, મરી, પીપર, કાળીપાટ, શેરણી હરડે, કચૂરો, અજમોદ,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

વનતુલસી, આમલી, અમલબેદ, અનારદાણા, પુષ્કરમૂળ, ધાણા, જીરૂ, ચિત્રકમૂળ, વજ, જવખાર, સાજીખાર, સિંધવા, સંચળ, સાંભરલૂણ, બિડલૂણ, મીઠું, ચવક, બધું સરખે ભાગે મેળવી બારીક ચૂર્ણ કરી ભરી રાખવું

તાલિસાદીચૂર્ણ: તાલીસપત્ર એક તોલો, સૂંઠ એક તોલો, મરી એક તોલો, પીપર એક તોલો, વજ એક તોલો, વાંસકપૂર એક તોલો, પીપરીમૂળ એક તોલો, ચિત્રકમૂળ એક તોલો, ચવક એક તોલો, હળદર એક તોલો, અજમોદ એક તોલો, બીલીનોગર્ભ એક તોલો, કચૂરો એક તોલો, તજ એક તોલો, એલચી એક તોલો, તમાલપત્ર એક તોલો, નાગકેસર એક તોલો, ધાવડીના ફુલ એક તોલો, લવંગ એક તોલો, જાયફળ એક તોલો, અતિવિષ એક તોલો, અજમો એક તોલો, કાળીપાટ એક તોલો, આમલી એક તોલો, મોચરસ એક તોલો, મીઠું એક તોલો, સિંધવ એક તોલો, બિડલુણ એક તોલો, સાંભરલુણ એક તોલો, શાહજીરૂ એક તોલો, જીરૂ એક તોલો. વાવડીંગ એક તોલો, અમલબેદ એક તોલો, કોકમ એક તોલો. હરડે એક તોલો, બહેડા એક તોલો, આમળા એક તોલો, ખાખરાનાંબીજ એક તોલો, તનમની એક તોલો, જટામાંસી એક તોલો, નાગરમોથ એક તોલો, વાળો એક તોલો, કાગદી એલચી એક તોલો, બ્રાહ્મી એક તોલો, ભોંય આમળાં એક તોલો, કડુ એક તોલો, આસન ૪૭ તોલા, શુદ્ધ કરેલી ભાંગ ૯૪ તોલા, સાકર ૧૮૮ તોલા, બધું સાથે મેળવી બારીક ઘૂંટી, કપડછાણ કરી એક બાટલીમાં ભરી રાખો.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

રસાયણ ચૂર્ણ : ગળો, ગોખરૂં અને આમળા સરખે ભાગે ૮ તોલા લઇ, બારીકવાટી કપડછાણ કરી એક બાટલીમાં ભરી રાખો.

યવાત્વાદિ ચુર્ણ : જવખાર પાંચ તોલા, અતિવિષની કાકડીશીંગી પાંચ તોલો, લીંડી પીપર પાંચ તોલા, પૂષ્કરમૂળ પાંચ તોલા, બધું સાથે મેળવી બારીક ઘુંટવાથી યવાત્યાદી ચૂર્ણ તૈયાર થશે તેમાંથી જરૂરીયાત પ્રમાણે અથવા અકેક તોલો લેવું.

હિંગાષ્ટકચુર્ણ : સૂંઠ, મરી, પીપર, બોડી અજમોદ, સૈંધવજીરૂ, શાહાજીરૂ, હિંગ બધું પાંચ પાંચ તોલા લઇ બારીક વાટી કપડછાણ કરી ભરી રાખો.

દાડીમાદીચૂર્ણ : દાડમ તોલા પાંચ, હરડે તોલા છ, અને આમળા તોલા પાંચ લઇ વસ્ત્રગાળ કરી બિજોરાના રસમાં ઘૂંટી તેમાંથી બબ્બે રતી દિવસમાં ચાર વખત ઉપચારમાં લખ્યા મુજબ લેવું.

માતુલુંગાદીચુર્ણ : આંમળાનો રસ તોલા પાંચ, સરગવનો રસ તોલા પાંચ, સિંધવ તોલા પાંચ, મરી તોલા આઠ, જવખાર તોલા પાંચ, મધ તોલા દશ બધું સાથે મેળવી ઉપચારમાં લખ્યા પ્રમાણે લેવું.

ધાત્રીફળાદિકવાથ : આમળાંની છાલ ૫ તોલા, હરડે પાંચ તોલા, બહેડા પાંચ તોલા, આંબાના ગોટલાની અંદરની ગોટલી પાંચ તોલા બધુ સાથે મેળવી બારીક વાટી વસ્ત્રગાળ કરવાથી ચૂર્ણ તૈયાર થશે.

સૈંધવાદીચુર્ણ : સિંધવ તોલા બે, સંચળ તોલા અઢી,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

મીઠું તોલા બે, જવખાર તોલા બે, લીંડીપીપર તોલા બે, સૂંઠ તોલો એક, હિંગ તોલો એક, હરડે તોલો એક, અજમો તોલો એક, વાવડીંગ તોલો એક બધાને બારીક ઘુંટી કપડછાણ કરવાથી ચૂર્ણ તૈયાર થશે.

<u>દુગ્ધવટી</u>: શુદ્ધ વછનાગ બાર રતી, શુદ્ધ અફીણ બાર રતી, લોહભસ્મ પાંચ રતી અને અભ્રકભસ્મ આઠ રતી બધાંને મેળવી બકરીના દૂધમાં એક દિવસ ખરલ કરી મગજેવડી ગોળીઓ બનાવવી.

<u>અગ્નિતુંડીવટી</u>: શુદ્ધ પારો એક તોલો, શુદ્ધ ગંધક એક તોલો, શુદ્ધ વછનાગ એક તોલો, હરડે એક તોલો, બહેડાં એક તોલો, આમળાં એક તોલો, સાજીખાર એક તોલો, જવખાર એક તોલો, ચિત્રકમૂળ એક તોલો, સિંધવ એક તોલો, જીરૂ એક તોલો, અજમો એક તોલો, મીઠું એક તોલો, વાવડીંગ એક તોલો, સંચળ એક તોલો, સૂંઠ એક તોલો, મરી એક તોલો, પીપર એક તોલો, અને અઢાર તોલા શુદ્ધ કરેલું ઝેરકોચલું લઈ બધાને મેળવી લીંબુના રસમાં બાર કલાક ખરલ કરી મરી જેવડી ગોળીઓ બનાવવી.

<u>કેસરાદીવટી અથવા ચંદનાદીવટી</u>: વંશલોચન તોલો એક, ચણકબાબ તોલો એક, આમળાં તોલો ૦ાા, એલચી તોલો એક, સુખડચંદન તોલો એક, ખડીસાકર તોલો એક, કેશર તોલો એક, બધું સાથે મેળવી તેમાં પાણી નાખી તેની મગ જેવડી ગોળી બનાવો અને એક શીશીમાં સૂકવીને ભરી રાખો અને ઉપચાર લખ્યા પ્રમાણે લ્યો.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

હિંગ્વાદી વટી : સેકેલી હિંગ બે તોલા, સૂંઠ મરી અને પીપર છ તોલા, અમલવેંત તોલા અઢી, અજમો તોલા બે, બિડલુણ તોલા બે, સંચળ તોલા બે, બધું સાથે મેળવી બિજોરાના રસમાં ત્રણ દિવસ ખરલ કરી ચણા જેવડી ગોળીઓ બનાવી એક બાટલીમાં ભરી રાખો અને જરૂરીયાત પ્રમાણે લ્યો.

ચંદ્રપ્રભા : નરકચૂરો ૦। તોલો, ઘોડાવજ ૦। તોલો, નાગરમોથ ૦। તોલો, કરિયાતું ૦। તોલો, દેવદાર ૦। તોલો, અતિવિષની કળી ૦। તોલો, દારૂહળદર ૦। તોલો, પીપળીમૂળ ૦। તોલો, ચિત્રક ૦। તોલો, ધાણા ૦। તોલો, હરડે ૦। તોલો, બહેડાં ૦। તોલો, આમળા ૦। તોલો. ચવક ૦। તોલો, વાવડીંગ ૦। તોલો, ગજપીંપર ૦। તોલો, સૂંઠ ૦। તોલો, મરી ૦। તોલો, લીંડી પીપર ૦। તોલો, સુવર્ણ માક્ષીકભસ્મ ૦। તોલો, જવખાર ૦। તોલો, સાજીખાર ૦। તોલો, સિંધાલુણ ૦। તોલો, નસોતર એક તોલો, તજ એક તોલો, એલચી એક તોલો, વંશલોચન એક તોલો, લોહભસ્મ બે તોલા, ખડીસાકર ચાર તોલા, શિલાજીત આઠ તોલા, ગુગળ આઠ તોલા, આ બધાને ત્રિફળાંના કાઢામાં ખરલકરી ગોળીઓ બનાવી ભરી રાખો અને જરૂરીયાત પ્રમાણે લ્યો.

ચિત્રકાદી મોદક : ચિત્રક દશ તોલા, દશમૂળ દશ તોલા, ગળો અઢી તોલા, હરડાં અઢી તોલા એ બધાનું એક સાથે ચૂર્ણ કરી વસ્ત્રગાળ કરો. પછી તે બધાને પચાસ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તોલા ગોળમાં મેળવી તેના લાડુ અકેક તોલાના બનાવવાથી ચિત્રકાદી મોદક બનશે.

<u>વર્ધમાન પિપ્પલ્લીપ્રયોગ</u>: ૦ા શેર દુધમાં પહેલે દિવસે એક પીપર બીજે દિવસે બે, ત્રીજે દિવસે ત્રણ એ પ્રમાણે અકેક દિવસે અકેક પીપર વધારતા એકવીસ દિવસમાં એકવીસ પીપર સુધી પંહોંચવુ અને પીપર ખાઇ જવી ઉપરથી દૂધ પી જવું એ પ્રમાણે ૨૧ દિવસ પછી દરરોજ અકેક પીપર ઓછી કરવી એટલે ૨૨મે દિવસ ૨૦, ૨૩ મે દિવસે ૧૯, પીપર એ પ્રમાણે અકેક ઓછી કરી ૪૨મે દિવસે એક પીપર પર આવી જઇ તે પ્રયોગ બંધ કરવો.

<u>કુમારી આસવ</u>: કુંવારનો રસ ૧૦૨૪ તોલા, ગોળ ૪૯૦ તોલા લેવો. હરડે અથવા ભાંગ ૧૬૦ તોલાને ૧૦૨૪ તોલા પાણીમાં ઉકાળી ક્વાથ કરવો અને ચોથા ભાગનું પાણી બાકી રહે ત્યારે ઉતારી ગાળી લેવું અને તેમાં ઉપરની વસ્તુ મેળવી બરણીમાં ભરવું. તેમાં મધ ૨૫૬ તોલા, ધાવડીના ફુલ ૬૪ તોલા, જાયફળ, લવંગ, ચણકબાબ, જટામાંસી, ચવક, ચિત્રક, જાવંત્રી, કાકડાશીંગ, બહેડાંનીછાલ અને પૂષ્કરમૂળ બધું ચાર ચાર તોલા લઈ અધકચરો ભૂકો કરી નાખવો અને લોહભસ્મ તોલા બે, તામ્રભસ્મ તોલા બે નાખી બંધ કરી ૨૦ દિવસ રાખી મુકવો એટલે આસવ તૈયાર થશે.

<u>સિતોપલાસવ</u>: સાકર ૧૬ તોલા, વંશલોચન આઠ તોલા, લીંડી પીપર ચાર તોલા, એલચી બે તોલા, તજ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

એક તોલો, બધું સાથે મેળવી બારીકચૂર્ણ કરવું. તેમાં મધ તોલા ૨૦, ગોળ તોલા ૧૯, અને પાણી રતલ દસ ઉમેરી તેમાં નીચેનો મસાલો આઠ દિવસ બાદ નાખો, તમાલ પત્ર અરધો તોલો, નાગકેસર અરધો તોલો, ધાવડીના ફુલ ચાર તોલા, એલચી અરધો તોલો, મરી અરધો તોલો, બધું માટીના વાસણમાં ભરી તેને કપડછાણ કરી એક માસ બાંધી રાખી જમીનમાં રાખો એક માસ પછી સીતોપલાસવ તૈયાર થશે.

<u>લોહાસવ</u>: લોહભસ્મ બે તોલા, સૂંઠ બે તોલા, મરી બે તોલા, લીંડીપીપર બે તોલા, હરડે બે તોલા, બહેડાં બે તોલ, આમળા બે તોલા, બોડીઅજમો બે તોલા, વાવડીંગ બે તોલા, નાગરમોથ બે તોલા, ચિત્રો બે તોલા, અને ધાવણીનાફુલ પાંચ તોલા, લઈ એ બધાનું બારીક ચૂર્ણ કરવું પછી આ ચૂર્ણ ૨૧ તોલા મધ, ૧૨ તોલા ગોળ અને ચાર રતલ પાણી એકત્ર કરી માટીના વાસણમાં નાખી કપડાથી બંધ કરી એક માસ રહેવા દેવાથી લોહાસવ તૈયાર થશે.

<u>દ્રાક્ષાસવ</u>: દ્રાક્ષ બે તોલા તેને બે રતલ પાણીમાં ઉકાળો પછી એક રતલ પાણી બાકી રહે ત્યારે ઉતારી ગાળી લ્યો. પછી તે ઠંડુ થાય ત્યારે તેમાં ગોળ આઠ તોલા, તજ અરધો તોલો, એલચી અરધો તોલો, તમાલપત્ર અરધો તોલો, નાગકેસર ૦। તોલો, ધઉંલા બે આનીભાર, મરી અરધો તોલો, લીંડીપીપર અરધો તોલો, વાવડીંગ અરધો તોલો, આ બધાનું બારીક ચૂર્ણ કરી બધુ મિશ્ર

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

કરી માટલામાં ભરી તેમાં ધાવડીના ફુલ તોલા પાંચ નાખી કપડછાણ કરી ત્રણમાસ સુધી રહેવા દયો ત્રણ માસ પછી ગાળી ઉપયોગમાં લેવું.

ચ્યવનપ્રાશ: આમળા રતલ દસ તેને પાણીમાં ઉકાળી એનો માવો એને ખમણી અને કરો અને બીજ ફેંકી દયો. પછી તેને એક કપડામાં લટકાવી માવાની અંદરનું પાણી બધું કાઢી નાખો પછી તેને થોડા ઘીમાં શેકો અને પાણી બળી જાય ત્યાં સુધી શેકો પછી માવાથી ત્રણ ઘણી ખાંડ લઇ તેની સખત ચાસણી બનાવો. આ ચાસણી બનાવતી વખતે દશમુલનો કવાથ બનાવી, ૧૨ રતલ દશમૂળ અને દશ રતલ પાણીમાં કવાથ બનાવો અને પાંચ રતલ પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તે પાણી ચાસણીમાં નાખો અને તેમાંથી ચાસણી બનાવો પછી ચાસણી સખત થાય ત્યારે તેમાં ઘીમાં શેકેલો માવો ઉમેરી તેમાં નીચેના ઔષધો વસ્ત્રગાળ ચૂર્ણ કરેલાં ઉમેરો, નાગરમોથ અરધો તોલો, જીવક અરધો તોલો, રૂષભક અરધો તોલો, કાકોલી અરધો તોલો, ક્ષીરકાકોલી અરધો તોલો, મેદા અરધો તોલો, મહામેદા અરધો તોલો, જેઠીમધ એક તોલો, કાકડાશીંગ અરધો તોલો, લીંડીપીપર એક તોલો, બળદાણા ૦॥ તોલો, એલચી દાણા ૦॥ તોલો, હરણદોડી ૦॥ તોલો, લોદર ૦॥ તોલો, કમળ તોલો ષડકચૂરો ૦ તોલો, અરડુસી ૦॥ તોલો, ભોંયકોળું ૦॥ તોલો, ગળો ૦॥ તોલો, ચંદન ૦॥ તોલો, સાટોડી ૦॥ તોલો બધું તેમાં મેળવી તેને ઠંડું થવા દયો અને પછી માટીના વાસણમાં ભરો ત્રણ દિવસ બાદ તેનો ઉપયોગ કરવો.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ગુલકંદ : ગુલાબની પાંખડી ૧૦ રતલ, સાકર પાંચ રતલ, એક થર ગુલાબની પાંખડીનો અને એક થર સાકરનો એવી રીતે આઠ દશ થર બનાવી એક કાચની બરણીમાં ભરી સૂર્યના તાપમાં રાખો. દરરોજ રાત્રે તને હલાવી જ્યાંસુધી તદ્દન માવા જેવી ગુલાબની પાંખડી ન બને ત્યાંસુધી રહેવા દયો અને માવા જેવા બને ત્યારે તેમાં ૦ા રતલ એલચીના બીજ ખાંડીને ઉમેરો એટલે ગુલકંદ બની જશે.

મહાઉપદંશહારિ રસ : સફેદ સોમલ ૬ રતી લ્યો તેને એક લોખંડની કડાઈમાં નાખો, બેઠી ભોરીંગણીના પંચાગનો રસ તોલા, ૧૨ અને લીંબુનો રસ ૧૨ તોલા નાખી લીમડાના જાડા લાકડાથી ૪૨ દિવસ સુધી ઘૂંટો અને ઘૂંટતા ઘૂંટતા તેમાં મિશ્ર કરેલો રસ થોડો થોડો નાખતા જવો. પછી તેની મગ જેવડી ગોળીઓ વાળવી. ઘૂંટતા ઘુંટતા રસ સુકાઇ જાય તો બીજો લેવો.

આનંદભૈરવ રસ : શુધ્ધ હિંગળોક તોલો એક, મરી તોલા બે સૂંઠ તોલા બે, પીપર તોલા બે, શુધ્ધ કરેલો વછનાગ તોલા બે, ગંધક તોલા બે, ફુલવેલો ટંકણખાર તોલા બે, બધું સાથે મેળવી તેને લીંબુના રસમાં બાર કલાક ઘૂંટો અને પછી મગના દાણા જેવડી ગોળીઓ બનાવી સુકવીને બાટલીમાં ભરી રાખો.

કૌંચાપાક : કૌંચા ૧૨૮ તોલા લઇ તેને ગરમ પાણીમાં ૧૨ કલાક પલાળી રાખવા પછી તેને કાઢી લઈ ઉપરના

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

છોડા કાઢી નાખવા અને છાયડામાં સૂકવી તેનું બારીક ચૂર્ણ કરવું. પછી તે ચૂર્ણથી ૧૬ ગણું દૂધ લઈ તેમાં તે ઉકાળવું. જ્યારે માવા જેવું બની જાય ત્યારે તેમાં તેનાથી બમણું ઘી નાખવું અને ધીમા તાપ પર રાખવું. ત્યારબાદ ચુર્ણથી ચાર ગણી સાકર લઇ તેની ચાસણી બનાવવી અને ચાસણી તૈયાર થાય એટલે કૌંચાવાળો પાક અંદર નાખવો અને અગર, જાવંત્રી, જાયફળ, સૂંઠ, લવંગ, અક્કલગરો, જીરૂ, પીપર, તજ, તમાલપત્ર, એલચી, નાગકેસર, કપૂર, ચણકબાબ. સમુદ્રશોષ, ભીલામા, કેસર, કાંકચના બીની મીંજ, ખુરાસાનીઅજમો. બબ્બે તોલા લઇ તેમાં કાળી મૂસાળી અને અફીણ ચાર તોલા લઇ બારીક ચૂર્ણ બનાવી મેળવી દેવું. પછી રસ સિંદૂર, નાગભસ્મ, અને બંગભસ્મ બબ્બે તોલા લઇ મેળવી દેવું અને ચાર તોલા લોહભસ્મ નાખવી અને ઠંડુ પડે એટલે ચોસઠ તોલા મધ નાખવું બાદ તેમાં ઇચ્છા પ્રમાણે કેસર, કસ્તુરી વગેરે ચીજો નાખી પાક તૈયાર કરી કલાઇ કરેલા વાસણમાં ઠારી નાખવો અને ઉપચારમાં બતાવ્યા પ્રમાણે લેવો.

<u>યોગરાજ ગુગળ</u> : ચિત્રક એક તોલો, યવાની એજમો એક તોલો, સુવા એક તોલો, વાવડીંગ એક તોલો, પીપરીમૂળ એક તોલો, અજમોદ એક તોલો, જીરૂ એક તોલો, શાહજીરૂ એક તોલો, દેવદાર એક તોલો, ચવક એક તોલો, એલચી એક તોલો, સિંધાલૂણ એક તોલો, કઠ એક તોલો, રાસ્ના એક તોલો, ગોખરૂ એક તોલો, ધાણા એક તોલો,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

ત્રિફળાં એક તોલો, મોથ એક તોલો, સૂંઠ એક તોલો, પીપર એક તોલો, તજ એક તોલો, જવખાર એક તોલો, વાળો એક તોલો, તમાલપત્ર એક તોલો, બધાનું વસ્ત્રગાળચુર્ણ કરી ત્યારબાદ ૨૫ તોલા ગુગળને ઘી વડે ગરમ કરી, ઉપરના મસાલાઓ મેળવી માટીના રીઢા વાસણમાં રાખી ગોળીઓ બનાવો.

ત્રિપૂરભૈરવ રસ : એક તોલો. વછનાગ, બે તોલા સૂંઠ ત્રણ તોલા પીપર, ચાર તોલા, મરી પાંચ તોલા મારેલું ત્રાંબુ અને છ તોલા હિંગળો આ બધું સાથે મેળવો અને બારીક વાટો અને ૨૦ તોલા આદુના રસમાં ઘૂંટો અને બધું સૂકાઈ જાય ત્યારે બારીક ચુર્ણ કરી બાટલીમાં ભરી રાખો અને એનું નામ ત્રિપૂરભૈરવ રસ.

કૈશોરગુગળ : ગુગળ તોલા ચાર ૧ રતલ પાણીમાં નાખો અને બે તોલા ગળો નાખો પછી તેને ઉકાળી અરધું પાણી બળી જાય ત્યારે ગાળી લ્યો અને લોઢાના વાસણમાં ફરી તેને ગરમ કરવા મૂકો અને ઘાટો થઈ જાય ત્યારે ઉતારી તેમાં બે આનીભાર સૂંઠ, બે આનીભાર મરી, એક આનીભાર વાવડીંગ, બે આનીભાર પીપર, એક આનીભાર નસોતર, એક આનીભાર નેપાળો, ૩ આનીભાર ત્રિફળા, એક આનીભાર ગોળ મેળવી તેની ગોળીઓ બનાવી રાખો.

પથ્યાદીગુગળ : હરડે તોલા એક, બહેડા તોલા એક, એખરાની બી, દૂધમાં શુદ્ધ કરેલો વચ્છનાગ બબ્બે તોલા,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આંમળાં તેાલા ચાર, ગુગળ તેાલા ત્રણ, પાણી તેાલા ૨૦ બધાને ચેાવીસ કલાક ભીંજાવી અને તેનેા કવાથ કરવેા અરધું પાણી બાકી રહે ત્યારે લેાઢાના વાસણમાં તેને ગરમ કરી પકાવવું અને પાકી જાય ત્યારે તેમાં વાવડીંગ એક આનીભાર, ત્રિફળાં ત્રણ આનીભાર, નેપાળેા એક આનીભાર, નસેાતર એક આનીભાર, પીપર એક આનીભાર, સૂંઠ એક આનીભાર, અને મરી એક આનીભાર, આ બધું મેળવી ચણીયાબેાર જેવડી ગેાળી બનાવવી.

<u>ત્રિફળા ગુગળ</u>: હરડાં બહેડાં આમળાં અને લીંડીપીપર એ બધું ચાર ચાર તેાલા લઇ તનું બારીક ચૂર્ણ કરવું. પછી શુદ્ધ કરેલેા ગુગળ ૨૦ તેાલા લઇ તેને વાટી તની અંદર ઉપરનું ચૂર્ણ મિશ્ર કરી ગેાળીઓ બનાવેા અને ઉપચારમાં બતાવ્યા પ્રમાણે લ્યેા.

<u>ગેાક્ષુરાદી ગુગળ</u>: મેાટા ગેાખરૂં તેાલા ૧૧૨ લઈ એથી છ ઘણા પાણીમાં એ ઉકાળવું અને અરધેા અરધ પાણી બાકી રહે ત્યારે ઉતારી ગાળીને પાછુ ઉકાળવું અને ત્યારપછી પાછું અરધું પાણી બાકી રહે ત્યારે તમાં ૨૮ તાલા ગુગળ નાળી પાછું ઉકાળેવું અને જ્યારે ગેાળ જેવેા પાક થાય ત્યારે તેમાં મરી, પીપર, સૂંઠ, ત્રીફળા એટલે હરડાં, બહેડાં અને આંમળા તથાં નાગરમેાથ ત્રણ ત્રણ સરખે ભાગે બારીક ચૂર્ણ કરી નાખી તેમાં મેળવી દઈ તેમાંથી વટાણા જેવડી ગેાળી બનાવવી.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

શતાવરીપાક : શતાવરીનામૂળ એક રતલનો ઉકાળો બનાવી ચાર રતલ દૂધ નાખી, ચાર રતલ ગાયનું ઘી અને એક રતલ સાકર લઈ, ઘી બાકી રહે ત્યાં સુધી ઉકાળવું. આમ કરવાથી પાક તૈયાર થશે.

પીપલ્યાદીઘૃત : લીંડીપીપર એક તોલો, પીપરીમૂળના ગંઠોડા એક તોલો, ચવક એક તોલો, ચિત્રો એક તોલો, સૂંઠ એક તોલો, સિન્ધાલૂણ એક તોલો, બધું સાથે મેળવી તેનો ઉકાળો બનાવો. આમાંથી છ તોલા કલ્ક લઇ એક રતલ ઘી અને ચાર રતલ દૂધ લઈ તેમાં ચારગણું પાણી નાખી બધું એકઠું કરી ઘી બાકી રહે ત્યાં સુધી ઉકાળવું અને પછી ગાળી લેવું.

બલઘૃત : બલા, અતિબલા, મેદા, કૌંચા, શતાવરી, કાકોલી, ક્ષારકાકોલી, રાસ્ના અને દ્રાક્ષનો કલ્કનાખી, ચોગણા દૂધમાં ચાર ગણું ઘી નાખી પકાવવું.

મહાકાસીવાદીઘૃત : હીરાકશી એક તોલો, હળદર એક તોલો દારૂ હળદર એક તોલો, હરતાલ એક તોલો, નાગરમોથ એક તોલો, મનશીલ એક તોલો, કપિલો એક તોલો, ગંધક એક તોલો, વાવડીંગ એક તોલો, ગુગળ એક તોલો, મીણ એક તોલો, મરી એક તોલો, મોરથુથુ એક તોલો, કઠ એક તોલો, સરસવ એક તોલો, રસવંતી એક તોલો, સિંદૂર એક

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

તોલો, ગંધીબેરજો એક તોલો, રતાંજલી એક તોલો, ઇરિમેદ એક તોલો, લીંબડાના પાંદડા એક તોલો, કરંજના બી એક તોલો, કપૂરીમધુરી એક તોલો, ઘોડાવજ એક તોલો, મજીઠ એક તોલો, જેઠીમધ એક તોલો, બાલછડ એક તોલો બધાનું બારીકવાટી કપડછાણ કરો અને તેમાં ઘી રતલ ત્રણ નાખી બરાબર મેળવી સાત દિવસ સુધી તાંબાના વાસણની અંદર નાખી તડકામાં રહેવાદયો અને પછી ગાળવાથી ઘૃત તયાર થશે.

જાત્યાદીઘૃત :ચમેલીના પાંદડા તોલા ચાર, લીંબડાનાં પાંદડાં તોલા ચાર, પરવળ પાન ૪; તાં.૪કડવી ગીસોડીના પાંદડા તોલા ચાર, કડુ તોલા ચાર, દારૂહળદર તોલા ચાર, મજીઠ તોલા ચાર, કાળોવાળો તોલા ચાર, મીણ તોલા ચાર, મોરથુથુ તોલા ચાર, જેઠી મધ તોલા ચાર, કરંજના બીજ તોલા ચાર, બધુ બારીકવાટી અને તેનો કાઢો બનાવી પછી તે કાઢીને પાંચ રતલ ઘીમાં નાખી ઉકાળો બળી જાય ત્યાંસુધી ઊકાળો અને પછી જાત્યાદી ઘી તઇયાર થશે

અમૃતાદીઘૃત : ગળોનો રસ તોલા દસ, ઘી તોલા પાંચ બન્ને સાથે ઉકાળી ઉકળતી વખતે તેમાં ઇંદ્રજવ તોલો અરધો, મોથ તોલો અરધો, કડુ તોલો ૦ા, લીમડાની અંતરછાલ તોલો અરધો, સુંઠ તોલો ૦ા, રંતાજલી તોલો, પીપર તોલો ૦। આટલું નાખી રસ બળી જાય ત્યાંસુધી ઉકાળી ગાળી લેવું. અને ઉપચારમાં બતાવ્યા પ્રમાણે અરધો અરધો તોલો સવારસાંજ લેવું.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

પલાશાદીધૃત : અરડુસો તોલાપાંચ, અઘેડો તોલા અઢી, ખાખરી તોલા ત્રણ, એખરો તોલા અઢી, કોળાનો કંદ તોલા અઢી, સાથે મેળવી ગૌમૂત્રમાં ઉકાળી ઠંડો કરવો અને પછી તેમાં હિંગ અને સૂંઠ તોલા ત્રણ નાખી ઉપચાર પ્રમાણે લેવું.

બ્રાહ્મીધૃત :બ્રીહ્માનો રસ એક રતલ, ઘી અરધો રતલ બન્ને ને ચૂલાપર રાખી તેમાં હળદર તોલો એક, જાઇના પાન તોલો એક, નસોતર તોલો એક, હરડે તોલો એક, કોઠ તોલો એક, લીંડી પીપર તોલો અરધો, સિંધાલૂણ તોલો અરધો, સાકર તોલો અરધો, ઘોડાવજ તોલો અરધો, સાથે ઉકાળી રસ બળે એટલે ગાળી લ્યો.

સિંદુરનો મલમ : સિંદુર તોલા દસ, મીણ તોલા ૨૦ મીણને પહેલાં ગરમ કરી તેમાં સિંદૂર ઉમેરી દશ મીનીટ ચૂલા પર હલાવો અને પછી નીચે ઊતારી ઠંડો થવા દયો એટલે મલમ તઈયાર થશે.

લાક્ષાદીતેલ : લાખ દસ તોલા છ, તોલા મજીઠ, ચાર તોલા સુખડ, ચાર તોલા, રતાંજલી તજ ચાર તોલા, વાળો ચાર તોલા, તમાલપત્ર ચાર તોલા, મુરાંમાસી ચાર તોલા, મોથ ચાર તોલા, કરીયાતું બે તોલા, બે તોલા, કડુ, નસોતર બે તોલા, ગળો બે તોલા, પીપર બે તોલા, ખડસેલીયો બે તોલા, ભોરીંગણી બે તોલા, સુંઠ બે તોલા, વાવડીંગ બે તોલા, રાસ્ના બે તોલા, અરડૂસો બે તોલા, હળદર બે તોલા, નગડ બે તોલા, બે તોલા કાળોવાળો ઓષધોને છ રતલ ગાયના દુધમાં બારીક ઘુંટવા અને ત્યારબાદ

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

લગભગ તેમાં ચાર રતલ તેલ મેળવી ધીમે ધીમે પકાવવું. દ્રવનો ભાગ બળી ગયા પછી તેલ તૈયાર થશે.

લસુનાદી તેલ : લસણ રતલ બે અને પાણી રતલ આઠનો ક્વાથ કરવો અને તેમાં હરડે, બહેડાં આમળાં, સૂંઠ, મરી, પીપર, હીંગ, નેપાળો, સિંધવ, ચિત્રક, દેવદાર, સંચળ, વાવડીંગ, અજમો અને ગજપીપર ચાર ચાર તોલા લઇ અને નસોતર ચોવીસ તોલાભાર બધુ પેલા ક્વાથમાં નાખી તે ક્વાથમાં ધીમે તાપે તેલ પકાવવુ આમ કરવાથી લસુનાદી તેલ તયાર થશે.

ચંદનાદીતેલ રતાંજલી ૧ તોલો, હરડે ૧ તોલો વજ ૧ તોલો, લાખ ૧ તોલો, કડુ ૧ તોલો આ બધું લઈ તેને ૧૦ તોલા પાણીમા ઉકાળો અને પાંચ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે તેને અરધો રતલ ચંદનના તેલ સાથે ઉકાળો બળી જાય ત્યાં સુધી ઉકાળવાથી ચંદનાદી તેલ તૈયાર થશે.

મહામાસાદીતેલ :–અળદ, જવ, અળશી બેઠી ભોરીંગણી, કચ્ચ, કાંટા અશેરીયો, ગોખરૂ, અડૂસો એ બધુ એકક તોલો લઇ તેમાં ૩૨ તોલા પાણી નાખી ઉકાળો અને આઠ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ઉતારી ગાળી લેવો, પછી કપાસીયાનો સરકો. બોરડા નળીયા, શણીનાળી અને કળથી બબ્બે તોલા લઇ ખાંડી તેમાં ૩૨ તોલા પાણી લઇ બાકી રહે ત્યારે ગાળી લ્યો, આ બન્ને ઉકાળા અને તલનુ તેલ રતલ ૧ લઇ બરાબર મેળવી તેમાં ગળો, કઠ, સુઠ,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

રાસ્ના, સાટોડી, એરંડીના મૂળ, લીંડીપીંપર, સુવા, ખરેટીના મુળ, નારીયેલ, બાલછડ, કઙું એ બધા ઔષધો અકેક આનીભાર લઇ તેમનો કલ્ક કરી તેલ સાથે મિશ્ર કરી દયો અને તેને ધીમે તાપે પાણી બળી જાય ત્યાંસુધી ઉકાળશે. એટલે તેલ તૈયાર થશે.

ભૌરવસીંગનું તેલ: કૌંચાના શીંગ તોલા ચાર, પાણી રતલ દોઢમાં ઉકાળી દસ તોલા પાણી બાકી રહે ત્યારે ગાળી તેને જુદુ રાખો અને શીંગને બે રતલ તલના તેલમાં એક રાત પલાળી રાખી બીજે દિવસે સવારે તેમાં પેલુ પાણી બળી જાય ત્યાંસુધી ઉકાળી પાણી બળી જાય એટલે ગાળી લેવાથી તેલ તયાર થશે.

અહિફેનાદી તેલ: તેલ રતલ એક, અફીણ તોલો એક, અફીણને પાણીમાં મેળવી તેલમાં નાખી ઉકાળો અને તે તેલમાં અરધો તોલો અજમો નાખીં પાણી બળી જાય ત્યાં સુધી ઉકાળો અને પછી પાણી બળ્યા પછી ગાળી લેવાથી તેલ તૈયાર થશે.

પુનર્નવાદીવટી: સાટોડી તોલા ત્રણ, દેવદાર તોલો એક ગળો તોલો એક, પાઠા તોલો દોઢ, ગોખરૂં તોલો એક, સુઠ તોલો એક, દારૂ હળદર તોલો એક, ભોંરીંગણી તોલો દોઢ, પીપર તોલો બે, ચિત્રક તોલા બે, અરડુસી તોલા બે બધું સાથે ખાંડી વસ્રગાળ ચૂર્ણ કરી તેમાં મધ મેળવી તેની મગ જેવડી ગોળી બનાવો.

મંડુરવટી: હરડે એક તોલો, બહેડાં એક તોલો,

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આમળાં ૧ તોલો, સૂંઠ ૧ તોલો, મરી ૧ તોલો, લીંડીપીપર એક તોલો, ચવક એક તોલો, પીપરીમૂળના ગંઠોડા એક તોલો, ચિત્રો એક તોલો, દેવદાર એક તોલો, સુવર્ણ માક્ષીક ભસ્મ એક તોલો, તજ એક તોલો, દારૂ હળદર એક તોલો, નાગરમોથ એક તોલો, વાવડીંગ એક તોલો એ બધું બરાબર ઘુંટી તેમાં ૩૦ તોલા મંડુરભસ્મ નાખી તેને ૮ાા રતલ ગૌમૂત્રમાં પકાવો અને પછી તેની મગ જેવડી ગોળીઓ બનાવો.

ઘરમાં રાખજો ઔષધી નં ૧. :અતિવિષ તોલો એક, કાકડાશીંગી તોલો એક, ઇંદ્રજવ તોલો એક ત્રણે સાથે વાટી ચૂર્ણ કરી એક બાટલીમાં ભરો અને તેમાંથી મોટ-ઓને છ રતી દિવસમાં બે વખત અને બાળકને એકેક રતી દિવસમાં બે વખત આપવી.

અમૃતાદીવટી : ગળો બે તોલા, ઇંદ્રજવ એક તોલો, લીમડાની અંતરછાલ એક તોલો, પરવળના પાન અરધો તોલો, સુઠ ૧ા તોલો, લાલચંદન એક તોલો, નાગરમોથ એક તોલો, કટુકી ૧ તોલો, બધું સાથે મેળવી વસ્ત્રગાળ ચુર્ણ કરી તેમાં મધ મેળવી ચણા જેવડી ગોળીઓ બનાવો.

કર્પૂરાર્ક : કપૂર તોલો એક, ઇજમેટ ફુલ તોલા એક, menthol Crystals અજમાના ફુલ તોલો અરધો thymol crystals બધુ સાથે એક બાટલીમાં મેળવી તેને સૂર્યના તાપમાં રાખો અથવા સહેજ ગરમ કરશો તો ઓગળી જશે તેનું નામ કર્પૂરાક.

★

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

સંતતિ-નિયમન

અચૂક છતાંયે નિર્દોષ ઔષધ
ચામડીના રોગો અને આંતરિક
સોજાઓને દુર કરી ચેપી રોગ

મટાડે છે

આ ઔષધ વૈજ્ઞાનિક રીતે તૈયાર થયેલું હોઇ અને
અનુભવે સિદ્ધ સાબિત થયેલું હોઇ વાપરનારાઓ
તેનો નિઃશંક ઉપયોગ કરી શકે છે.

આ ઔષધ ખાવાનું નથી.

કિંમત. બાટલી. રૂા. ૬
આર્ય ઔષધી કેન્દ્ર ૬૯, રમેશવીલા બુજીસ રોડ,
મુંબઈ, ૭.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

५४ग
४०

GURUKULA KANGRI UNIVERSITY,
HARDWAR.

This book is due on the date last stamped. An over-due charge of one anna will be charged for each day the book is kept over time.

19 AUG 1959 क 3/२८५

5000-2-58.

२८,०२५

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

નિરોગી રહેવા માટે

- મહીનામાં ફરાળ વગરના બે ઉપવાસ. ઉપવાસ દરમ્યાન ગરમ પાણી અને લીંબુનો રસ પીવો ઉપકારક છે.
- દરરોજ સવારે એક માઇલ અને સાંજે એક માઇલ ચાલવાથી શરીરની શકિત વધશે અને આરોગ્ય જળવાશે.
- પ્રાણયામ એટલે મનને નિરોગી રાખવાનું ઉત્તમ ઔષધ છે.
- ચૈત્ર માસના પહેલાં નવ દિવસ લીમડાનો કોલ ખાવાથી ૠતુના રોગોથી બચી શકાશે.
- ઠંડા પાણીનું સ્નાન અને શીયાળામાં તેલનું મર્દન માનવીને નવું જોમ આપે છે.

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar

Digitized by Arya Samaj Foundation Chennai and eGangotri

આયુર્વેદ રીસર્ચ ઇન્સ્ટીટયુટ, કલમ કુટિર, ક્રિયર રોડ,
કોટ, મુંબઈ-૧

પ્રકાશન પહેલું — વનસ્પતિ પરિચય
પ્રકાશન બીજું — સ્વયંભિષક્

લેખક : શ્રી. અન્તુભાઇ વૈદ્ય

આયે.જિ.ત પ્રકાશનો

સ્ત્રી વિજ્ઞાન–(સચિત્ર–બે ભાગ) (પ્રથમભાગ : પ્રસુતિ શાસ્ત્ર)
(બીજોભાગ : સ્ત્રી રોગ)

ભારતીય વનસ્પતિશાસ્ત્ર– (સચિત્ર) ચૌદ ભાગ

Poisonous drugs of India (Illustrated.)
Ayurvedic Conception of Cancer (Illus.)
અગદતંત્ર (સચિત્ર)

લેખક : **આયુર્વેદાચાર્ય શ્રી. અન્તુભાઈ વૈદ્ય**
ડાયરેકટર, આયુર્વેદ રીસર્ચ ઇન્સ્ટીટયુટ
પ્રધાન સંપાદક આરોગ્યવિભાગ, 'વંદેમાતરમ'

ભારતીય નિદાન પદ્ધતિ– લેખક : **આયુર્વેદાચાર્ય શ્રી. વલ્લભરામ વૈદ્ય** મેમ્બર બોર્ડ ઓફ ઈન્ડીયન સીસ્ટમ્સ ઓફ મેડીસીન્સ, આયુર્વેદીક સ્ટેટ ફેકલ્ટી, કસ્તુરબા મેમોરીયલ ટ્રસ્ટ, આયુર્વેદીક રીસર્ચ ડીપાર્ટમેન્ટ અને ફેલો બરોડા તથા ગુજરાત યુનીવર્સીટી.

ભારતીય રસવિજ્ઞાન– લેખક **આયુર્વેદાચાર્ય શ્રી. વાસુદેવ મૂ. દ્વિવેદી** ડાયરેકટર ઓફ આયુર્વેદીક મેડિકલ સર્વિસિજ સૌરાષ્ટ્ર ગવર્નમેન્ટ.

શલ્યશાસ્ત્ર (સચિત્ર) લેખક : **શ્રી. યુધિષ્ઠિર વાસુદેવ દવે**
M. B. F. S. (Bom).

આપણી સ્વાસ્થ્ય સમસ્યાઓ, ભારતિય ચિકિત્સા પદ્ધતિ
The Medicinal plants of India (Illus.)
લેખક : **આયુર્વેદાચાર્ય શ્રી. વૈદ્ય ઘનશ્યામલાલ ભટ્ટ**
સાહિત્ય વિશારદ D. A. S. F. (FIN.)

CC-0. In Public Domain. Gurukul Kangri Collection, Haridwar